



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA
ESCOLA DE TEATRO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ARTES CÊNICAS**

PAULA ANDREA MURILLO GÓMEZ

**O CORPO EM ESTADO DE PALHAÇO:
VULNERABILIDADE E AUTOCONHECIMENTO A SERVIÇO DO
ESTADO DE SAÚDE.**

Salvador
2017



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA
ESCOLA DE TEATRO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ARTES CÊNICAS**

PAULA ANDREA MURILLO GÓMEZ

**O CORPO EM ESTADO DE PALHAÇO:
VULNERABILIDADE E AUTOCONHECIMENTO A SERVIÇO DO
ESTADO DE SAÚDE.**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas, da Universidade Federal da Bahia, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre.

Orientação: Prof.^a Dra. Meran Muniz da Costa Vargens.

Salvador
2017

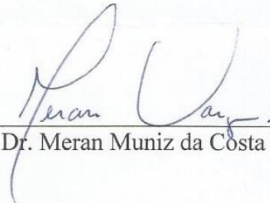
Paula Andrea Murillo Gómez

“O corpo em estado de palhaço: vulnerabilidade e autoconhecimento a serviço do estado de saúde”

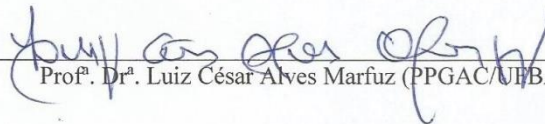
Dissertação apresentada como requisito para obtenção do grau de Mestre em Artes Cênicas, Escola de Teatro da Universidade Federal da Bahia.

Aprovada em 02 de junho de 2017.

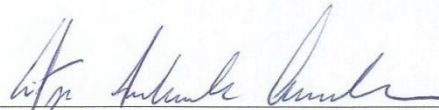
Banca Examinadora:



Prof. Dr. Meran Muniz da Costa Vargens (Orientadora)



Prof. Dr. Luiz César Alves Marfuz (PPGAC/UFBA)



Prof. Dr. Litza Andrade Cunha (ISC/UFBA)

Para minha mãe, a Luz que me acompanha e me guia no Astral. Meu pai Arturo, que encoraja e enobrece meus passos e meu irmão Nicolás, que alegra e impulsiona minhas descobertas.

AGRADECIMENTOS

À Divina Mãe por me permitir a Vida e aos meus Guias por orientar o caminho para lembrar quem eu sou;

A Etilvia Antonia, minha avó de quem herdei o riso e o olhar pícaro; à minha família toda;

A Francisco que cedeu o espaço para meus sonhos e acompanhou amorosamente meu coração;

Às minhas amigas, irmãs e bruxas que me alegram e me desafiam;

À sensei Clemencia, por me transmitir a vivência do fluir no Aikido;

A minha mestra de Reiki, Yanet, por acompanhar cuidadosamente o caminho de cura e criação;

A Meran Vargens por seu olhar presente e escuta aberta, sua paciência e orientação *viva* e em liberdade;

Às pessoas que se dispuseram com tal generosidade nesta experimentação e brincadeira coletiva: as mulheres de *Cuidarte*, os usuários dos *CAPS*, os estudantes do BI e os estudantes da Escola de Teatro;

Aos meus e minhas mestras palhaças por permitirem tantas e tão variadas crises;

A Ana Milena e Alejandra por me convidarem para participar do *Diploma Cuidarte*;

A Renata Berenstein por sua parceria e apoio, e ao *Projeto Gerar de economia solidária* por fazer possível a oficina com os usuários dos *CAPS*;

A Fernando Antônio por sua cumplicidade nas sessões de orientação e nas oficinas;

Aos colegas do mestrado por seu carinho e olhar crítico;

Aos professores do mestrado por suas inquietações;

Ao *Som de Cumbia* pela música, os ensinamentos e a reconexão com minha ancestralidade;

Às *Malagueñas*, por aguardar pacientemente meu retorno;

À bolsa do Cnpq que possibilitou a finalização deste estudo;

Ao Brasil e sua política educativa que permite que os estudantes estrangeiros possam desfrutar da qualidade da educação com gratuidade, assunto que não acontece nos nossos países. Tomara que continue da mesma forma;

Enfim... *gracias a la Vida que me ha dado tanto...*

*Faltam-te pés para viajar?
Viaja dentro de ti mesmo,
e reflete, como a mina de rubis,
os raios de sol para fora de ti.
A viagem conduzirá a teu ser,
transmutará teu pó em ouro puro.*

Rumi

*Brincar para mim é usar o fio inteiro de
cada ser. Quando você está usando seu fio
de vida inteiro, você está brincando. E é
profundamente sério isso.*

Lydia Hortelo

*Sólo el amor con su ciencia, nos vuelve tan
inocentes.*

Mercedes Sosa

GÓMEZ, Paula Andrea Murillo. O corpo em estado de palhaço: vulnerabilidade e autoconhecimento a serviço do estado de saúde. 158 f. il. 2017. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas. Universidade Federal da Bahia, Salvador, Brasil, 2017.

RESUMO

O presente trabalho estabelece diálogos entre o território da arte e da terapia, rastreando como a vulnerabilidade e o autoconhecimento que o processo para *acordar o próprio palhaço* possibilita, podem ter efeitos sobre o *estado de saúde*; encontrando um paradoxo ao constatar que mesmo sem procurar uma finalidade estritamente terapêutica, o efeito terapêutico acontece. Este trabalho apresenta duas experiências de oficinas de palhaço: com um grupo de mulheres vítimas da violência sócio-política em Medellín, Colômbia, e com um grupo de usuários de saúde mental de alguns centros de atenção psicossocial (CAPS) de Salvador, Brasil. A pesquisa aborda os desafios pedagógicos que surgiram durante os encontros, questão que impulsionou novas descobertas e práticas que possibilitaram chegar a certas compreensões sobre o processo para *acordar o próprio palhaço* e a necessidade de adaptar a pedagogia ao grupo com o qual se trabalha. Dentro do referencial teórico estabeleceram-se proximidades com o conceito de *estado de saúde*, desenvolvido por Hélia Borges; a *pedagogia do palhaço* de Jacques Lecoq; o *corpo vibrátil*, trabalhado por Suely Rolnik; o *ofício alquímico* e as *poéticas da transformação de si*, em palavras de Cassiano Quilici; o *poder da vulnerabilidade* de Brené Brown e o *arquétipo da sombra* de Carl Jung. Por fim, chegou-se a conclusão que o processo para *acordar o próprio palhaço*, com o intuito de acompanhar o *viajante* pelo caminho de *conexão* consigo mesmo que o palhaço oferece, pode sim se reverter na melhora do *estado de saúde* como resultado da aceitação de si mesmo com o olhar brincalhão, poético e leve do palhaço.

Palavras-chave: Palhaço; saúde; autoconhecimento; vulnerabilidade; inclusão.

GÓMEZ, Paula Andrea Murillo. El cuerpo en estado de payaso: vulnerabilidad y autoconocimiento al servicio del estado de salud. 158 f. il. 2017. Disertación (Maestría) – Programa de Posgraduación en Artes Escénicas. Universidad Federal de Bahía, Salvador, Brasil, 2017.

RESUMEN

El trabajo establece diálogos entre el territorio del arte y la terapia, rastreando cómo la vulnerabilidad y el autoconocimiento posibilitados por el proceso para *despertar el propio payaso*, pueden producir efectos sobre el *estado de salud*; encontrando una paradoja al constatar que sin buscar una finalidad estrictamente terapéutica, el efecto terapéutico acontece. Se presentan dos experiencias de talleres de payaso: con un grupo de mujeres víctimas de la violencia sociopolítica en Medellín, Colombia, y con un grupo de usuarios de salud mental de varios centros de atención psicosocial (CAPS) en Salvador, Brasil. La investigación aborda algunos desafíos pedagógicos evidenciados durante los encuentros, generando nuevos descubrimientos y prácticas que posibilitaron ciertas comprensiones sobre el proceso para *despertar el propio payaso* y la necesidad de adaptar la pedagogía al grupo con el cual se trabaja. Dentro del referencial teórico se establecieron proximidades con el concepto de *estado de salud* desarrollado por Hélio Borges; la *pedagogía del payaso* de Jacques Lecoq; el *cuerpo vibrátil*, trabajado por Suely Rolnik; el *oficio alquímico* y las *poéticas de transformación de sí*, en palabras de Cassiano Quilici; el *poder de la vulnerabilidad* de Brené Brown y el *arquetipo de la sombra* de Carl Jung. Finalmente se llegó a la conclusión de que el proceso para *despertar el propio payaso*, con la intención de acompañar al *viajante* por el camino de la conexión consigo mismo que el payaso ofrece, puede revertirse en la mejoría del *estado de salud* como resultado de la aceptación de sí mismo con la mirada juguetona, poética y suave del payaso.

Palabras clave: Payaso; salud; autoconocimiento; vulnerabilidad; inclusión.

LISTA DE FIGURAS

- Figura 1** Grupo *CAPS* durante o relaxamento com a Tigela / 65
- Figura 2** Apresentação *Cuidarte*. “Grupo musical” / 88
- Figura 3** Intérprete de maracas e bailarina de flamenco / 89
- Figura 4** “Camponesa santandereana” / 90
- Figura 5** Grupo *Cuidarte*. “Dia dos figurinos” / 94
- Figura 6** Grupo *CAPS*. “O roubo da maçã”. Apresentação final. / 104
- Figura 7** Z. Durante a oficina / 110
- Figura 8** “Karatê do Rio de Janeiro” / 117
- Figura 9** Grupo *CAPS*. “Máquina humana”. Apresentação final. / 129

SUMÁRIO

1. APRESENTAÇÃO	11
2. INTRODUÇÃO	16
3. CONFIGURANDO O PONTO DE PARTIDA	
3.1 DE QUAL PALHAÇO ESTAMOS FALANDO?	19
3.2 ACORDANDO O PRÓPRIO PALHAÇO	22
3.2.1 A potencialidade do riso	25
3.2.2 O arquétipo da sombra	28
3.3 Do CORPO COMO CAMPO DE BATALHA ao CORPO COMO TERRITÓRIO DE ACONTECIMENTOS	31
3.3.1 A vulnerabilidade e o corpo vibrátil	35
3.3.2 Analisando o estado de saúde	42
3.3.3 O corpo em estado de palhaço	47
3.3.4 Do ofício alquímico e da transformação de si	51
4. O ENTRECruzAMENTO DAS POSSIBILIDADES	
4.1 PRINCÍPIOS DE TRABALHO	58
4.2 O RELAXAMENTO E AS POSSIBILIDADES CRIATIVAS	63
4.3 RELATOS DAS EXPERIÊNCIAS PRÁTICAS	
4.3.1 Grupo de mulheres vítimas do conflito sócio-político (Medellín – Colômbia)	67
4.3.2 Grupo de usuários de saúde mental (Salvador – Brasil)	95
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	132
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	136
APÊNDICE A. Plano de aulas	139
ANEXO A. Convite mostra artística “Cuidarte”	153
ANEXO B. Divulgação da oficina “Saúde brincante”	155
ANEXO C. Convite mostra artística da oficina “Saúde brincante”	156

1. APRESENTAÇÃO

A primeira imagem que convoco na tentativa de descrever o percurso que me trouxe até aqui e motivou esta pesquisa, é a porta do *Teatro Malayerba* em Quito, Equador no ano 2007. Naquele momento, minha cabeça deu um *branco total*, tentando relembrar quem eu *era*? Onde *era* que eu morava? *Estava* completa? Qual *era* o meu nome? O que *tinha* acontecido?

Foi essa a sensação depois da primeira aula de palhaço que recebi da mão do ‘Cacho’ Gallegos¹. Nesse primeiro encontro de três horas, dentro da caixa preta do teatro que tem a magia de anular o tempo para nos colocar no eterno presente, atravessei a primeira - de várias e inúmeras - portas que conduzem ao palhaço. Essa vivência foi para mim um divisor de águas, e, desde então, tenho-me perguntado o que foi que aconteceu comigo ao abrir aquela porta.

A partir dessa experiência, desenhou-se um caminho de longo fôlego que continua alimentando meus passos. Depois dessa primeira porta, minha palhaça foi atraindo as portas seguintes. Nesse ano de 2007 fiz uma viagem que me levou a conhecer Salvador, na Bahia, no momento preciso em que se realizava o “6º Encontro Internacional de Palhaços Anjos do Picadeiro”, organizado pelo grupo *Teatro de Anônimo*². Além da potência do encontro com tantos e tão diversos palhaços de vários lugares, tive a oportunidade de fazer a oficina “A arte da bobagem” com Ângela de Castro³, que trouxe consigo mais um estranhamento e uma crise profunda, cheia de perguntas existenciais.

O meu nariz continuou sua viagem de volta para a Colômbia, meu país de origem. E chegando lá soube do curso *Diploma de Clown 2008* que começaria nos dias da minha chegada, na *Universidad de Antioquia*⁴. Um curso de um semestre de duração, com a rigorosidade e o respaldo curricular da Faculdade de Artes Cênicas da referida Universidade.

Um dos resultados desse *Diplomado* – além das já esperadas crises - foi a criação de um número de *mágica em dupla*, que cresceu até se converter em um espetáculo que fundou meu trabalho profissional como palhaça. Depois de várias experiências em grupos e

¹ Ator, palhaço, diretor e dramaturgo equatoriano. Fundador do “Teatro de la Vuelta”. Considera-se um “artista migrante”, depois de empreender uma viagem como desafio pessoal, de 80 meses ao redor do mundo, trabalhando como ator.

² Grupo fundado no Rio de Janeiro em 1986, dedicado à pesquisa da comicidade e a arte do palhaço, que idealizou o encontro Anjos do Picadeiro em comemoração aos 10 anos do grupo, constituindo-se num evento de ampla relevância nacional e internacional no gênero.

³ Palhaça brasileira, residente em Londres. Fundadora do “Why not institute”, onde ministra a oficina “How to be a stupid” na qual apresenta a sua própria metodologia como pedagoga de palhaços.

⁴ Universidade pública, localizada na capital do Departamento (Estado) de Antioquia.

montagens diversas, atualmente faço parte de um grupo de quatro palhaças, 'Las Malagueñas', dedicado à pesquisa da nossa própria comicidade enquanto mulheres. Alimentamos essa pesquisa coletiva com as descobertas individuais em cena e através da formação continuada em diversas oficinas com diferentes pedagogas e pedagogos do palhaço.

Destaco aqui outro fato que tem impulsionado essa pesquisa e que está relacionado com o contexto social e político colombiano. A Colômbia é um país que sofre as consequências de um conflito armado desde a década de 1960, atravessando diversos níveis de intensidade ao longo da história.

Os antecedentes desse conflito remontam aos anos 1940 e 1950, época denominada 'La Violencia', caracterizada pelo confronto bipartidário entre os partidos liberal e conservador, com resultados nefastos e devastadores para o surgimento da nascente República. Foi uma época de crimes atrozes, elevando o número de assassinatos a 300 mil e colocando em situação de deslocamento forçado mais de dois milhões de pessoas (BORDA, 2005).

Depois dessa época, confluíram vários aspectos que gerariam as condições para a escalada do conflito: graves níveis de desigualdade e injustiça social, ausência estatal em muitas regiões, conflitos pela posse da terra, a polarização e perseguição da população civil pelas tendências políticas, o fortalecimento dos grupos guerrilheiros de esquerda e o surgimento da indústria do narcotráfico nos anos 60, que permeou - e permeia - várias instituições estatais.

Como resultado desse terreno fértil, na década de 1980 o conflito cresceu e se aguçou por conta da intimidação e do sequestro extorsivo por parte dos grupos guerrilheiros em zonas sem presença estatal, do fortalecimento da indústria do narcotráfico - com uma cultura que o acompanhou, de obter dinheiro fácil sem importar a que custo - e do surgimento de grupos paramilitares a serviço dos fazendeiros, narcotraficantes e algumas forças do Estado que intervieram, instaurando um regime de terror entre a população civil, com a sevícia dos seus crimes. Na segunda metade da década de 1990 o conflito foi intensificado com a generalização das tomadas de povoados rurais por armadas guerrilheiras, desaparecimentos forçados por vários bandos, chacinas indiscriminadas da população civil, deslocamento forçado massivo e sequestros coletivos de civis, militares e políticos.

Durante o governo de Álvaro Uribe Vélez (2002-2006 e reeleição 2006-2010) se intensificou o combate por parte do Estado aos grupos guerrilheiros, recrudescendo ainda mais o conflito nas zonas rurais do país e fortalecendo - desde as próprias instituições estatais - os grupos paramilitares que agiam como a 'mão oculta do Estado', criando uma forte crise

de direitos humanos em todo o território colombiano. Atualmente o referido ex-presidente está sendo investigado por seus vínculos e responsabilidades no fomento e fortalecimento do narco-paramilitarismo na Colômbia, além da responsabilidade nos crimes de “Falsos Positivos”⁵ levados a cabo pelo exército, assassinando civis e vestindo-os de guerrilheiros para comprovar a ‘eficiência’ da política de extermínio.

Entre 2002-2006 se firmou um pacto de “desmobilização de grupos paramilitares”, reconhecido no nível institucional, mas foi praticamente uma mudança nominal; estes agora são conhecidos como “Bacrim” (bandas criminais) que fortaleceram sua estrutura militar e financeira dentro dos circuitos do narcotráfico e com a conivência institucional do Estado.

O atual governo está levando a cabo as negociações para o “Processo de Paz” com o grupo guerrilheiro das FARC-EP⁶ em Cuba, o que traz uma voz de alívio para os seis milhões de vítimas do conflito armado⁷ dentro das categorias de pessoas que foram desaparecidas, ameaçadas, sequestradas, vítimas de algum ato de terrorismo de Estado ou grupos armados, pessoas afetadas pelo assassinato de um ser querido, vítimas de minas anti-pessoal, torturadas, recrutadas forçadamente, vítimas de violência sexual ou assassinadas.

Tristemente, nos dias que escrevo esta dissertação têm recomeçado os assassinatos a líderes comunitários envolvidos nas lutas pelos direitos humanos, pela restituição de terras aos camponeses, pela vigilância dos territórios e recursos naturais contra a exploração mineradora ilegal, dentre outras problemáticas. A gravidade destes acontecimentos demonstra a revitalização dos grupos paramilitares - invadindo os territórios liberados pelos guerrilheiros - e o silêncio cúmplice do Estado diante do extermínio dos movimentos políticos alternativos ao poder institucional, sendo essa uma prática repetitiva dentro da história colombiana.

Somado a isto, o cumprimento dos acordos pelo governo está demorando mais do que o estimado, colocando em risco os avanços conseguidos na negociação. Milhares de guerrilheiros depuseram armas e se trasladaram até acampamentos provisórios, onde começariam o processo de consolidação como força política legal. Mas enquanto se trasladaram, observaram que nem 20% dos acampamentos estavam em condições de ser habitados dignamente, pois não contavam nem sequer com água potável. Mesmo assim, os

⁵ Foi assim nomeado o assassinato de civis por parte do exército, manipulando as provas para apresentá-los como guerrilheiros. Os militares recebiam como “recompensa” por cada “guerrilheiro” assassinado, dinheiro ou dias de folga.

⁶ Forças Armadas Revolucionarias de Colômbia- Exército do Povo.

⁷ Disponível em: <http://www.semana.com/nacion/articulo/victimas-del-conflicto-armado-en-colombia/376494-3>
Acesso em: 01 ago. 2016.

grupos desmobilizados continuam firmes em sua intenção de cessar o conflito e construir propostas políticas.

No meio deste conflito armado de alta complexidade e com a intervenção de tantos atores sociais, a população civil e a *humanidade* dos atores do conflito têm sofrido as brutais consequências de uma guerra que continua viva e que afetou radicalmente o tecido social colombiano.

Nesse momento, uma temática que cobra ampla relevância no contexto colombiano é: quais serão as novas alternativas que irão surgir das comunidades e das instituições na construção de uma ‘Cultura para a paz’? Um desafio que implica a transformação profunda de dinâmicas de exclusão e agressão, para dar viabilidade aos espaços de reencontro, reconhecimento da própria *vulnerabilidade*, criação, reconciliação e confiança na humanidade, no caminho de recuperar o *estado de saúde* de várias gerações que têm nascido no meio do fogo cruzado.

Uma proposta de afirmação da vida surge com um projeto liderado pela Faculdade de Artes Cênicas e a Faculdade de Enfermagem da *Universidad de Antioquia*, com o apoio da prefeitura de Medellín, chamado *Cuidarte, um ato de vida para as pessoas vítimas da violência sócio-política na Colômbia*.

Este projeto consistiu na realização de oficinas artísticas para pessoas vítimas da violência, e nele ministrei o módulo “Clown e expressão”, com resultados muito satisfatórios tanto do ponto de vista expressivo (promovido pela linguagem artística), quanto humano (referido às situações por elas experimentadas dentro do contexto sócio-político). Houve vários depoimentos das integrantes do grupo sobre o benefício que lhes foi proporcionado nesse espaço, falando da melhora física, da diminuição de dores e tensões, até uma mudança de atitude com relação às experiências vivenciadas.

Dessa forma, foi crescendo o meu interesse por clarificar o que acontece conosco enquanto procuramos o nosso palhaço. Quais os dispositivos internos que se acionam para gerar o movimento para *acordar o próprio palhaço*? Pode se falar de um processo de autoconhecimento e aceitação? Qual a contribuição do *corpo em estado de palhaço* frente ao *estado de saúde*?

A motivação inicial da vivência com o grupo de mulheres na Colômbia foi desenhando a vontade de aprofundar no processo pedagógico para *acordar o próprio palhaço* e os possíveis desdobramentos sobre o *estado de saúde*, se convertendo na base do estudo desta pesquisa. As descobertas foram alimentadas pelos processos vivenciados com um grupo de estudantes do Bacharelado Interdisciplinar da UFBA, um grupo de usuários de saúde

mental de alguns CAPS⁸ de Salvador e um grupo de estudantes da Escola de Teatro da UFBA.

As quatro experiências contribuíram generosamente, tanto para a consolidação de uma proposta pedagógica para *acordar o próprio palhaço*, quanto para a articulação do pensamento que sustenta a metodologia utilizada, e da análise das experiências práticas relatadas no presente trabalho. Sendo assim, se entende que esta pesquisa abarca as vivências e os aprendizados realizados com os quatro grupos, registrados no meu *saber de experiência*⁹, que continua dando consistência ao processo pedagógico.

Para os fins desta dissertação, escolhi relatar as experiências vivenciadas com o grupo de mulheres da Colômbia e o grupo de usuários de saúde mental em Salvador, por conta da ligação direta com a manutenção do *estado de saúde*. As experiências com os grupos do BI e da Escola de Teatro – mesmo prescindindo de relatá-las no *corpus* do trabalho – permanecem presentes dentro do processo de pesquisa, como um aporte à linhagem teatral do palhaço, possibilitado pelo diálogo com outras realidades sociais que a enriquecem.

Me sinto convocada, diante da situação de meu país, a refletir sobre a condição da alma humana como corpo coletivo de consciência. Onde foi que perdermos de vista a sacralidade da vida? A necessidade de dar luz às nossas *sombras* e de nos reconectar com a fonte da capacidade criativa que reside em cada ser humano, continua pulsando nos meus anseios. A paz se dá por ‘geração espontânea’? Ou corresponde à ampliação e ao crescimento de sementes nas individualidades que formam o coletivo? Ou deriva de outras origens?

Acredito que o que acontece na Colômbia corresponde a uma manifestação dessa alma grupal que se expressa em qualquer latitude e qualquer grupo humano, e que o palhaço traz consigo uma proposta, um novo olhar, uma pergunta que nos permita encontrar novas formas de nos relacionarmos. Tem essa experiência algum fundo espiritual? Considero as questões aqui levantadas de grande abrangência e profundidade, longe da ambição de respondê-las nesta pesquisa, prefiro olhar para elas como possíveis rastros que impulsionem o caminhar.

⁸ Centros de Atenção Psicossocial.

⁹ Definido por Jorge Larrosa como “[...] o que se adquire no modo como alguém vai respondendo ao que vai lhe acontecendo ao longo da vida e no modo como vamos dando sentido ao acontecer do que nos acontece. No saber da experiência não se trata da verdade do que são as coisas, mas do sentido ou do sem-sentido do que nos acontece.” (LARROSA, 2012, p. 27).

1. INTRODUÇÃO

Tecendo de volta o percurso que levou à realização de duas oficinas de palhaço, materializa-se a presente dissertação. As oficinas foram efetuadas com um grupo de mulheres vítimas da violência sócio-política da Colômbia¹⁰ e um grupo de usuários de saúde mental de alguns Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) de Salvador¹¹.

O trajeto da pesquisa procurou rastrear ideias, conceitos, práticas, intuições e testemunhos que pudessem dar conta de como o processo para *acordar o próprio palhaço* articula-se com o autoconhecimento, manifestando algum tipo de efeito sobre o *estado de saúde* de quem se envolve na experiência.

Inicialmente, no capítulo “Configurando o ponto de partida” procuro estabelecer os conceitos que foram se desvendando através do desenvolvimento do trabalho prático, constituindo a base teórica. A primeira seção “De qual palhaço estamos falando?” aproxima-se do conceito de palhaço que atravessa a pesquisa, contextualizando o processo pedagógico desenvolvido na seção “Acordando o próprio palhaço”, em que introduzo algumas reflexões sobre o riso, o arquétipo da sombra, e o autoconhecimento.

Posteriormente dentro da seção “Do corpo como campo de batalha ao corpo como território de acontecimentos” tento desenvolver diálogos com algumas autoras e autores com o intuito de refletir sobre a maneira como alguns discursos de poder configuram certas formas de percepção e ação dos sujeitos, em contraposição com as dinâmicas de ‘resistência’ frente a esses poderes.

Aproximo-me de conceitos como vulnerabilidade e corpo vibrátil, aventurando possíveis desdobramentos sobre o *estado de saúde*, e introduzindo a particularidade do *corpo em estado de palhaço* como potencialidade criativa frente aos ‘determinantes’ do poder com relação à subjetividade. Exponho algumas pontes desenhadas no segmento sobre o ofício artístico e a transformação de si, propondo uma analogia com o ‘ofício alquímico’ construído por Cassiano Quilici, com o propósito de refletir sobre as inferências da arte enquanto ofício em relação com a esfera ‘privada’ do ‘actante’.

Entro então, no capítulo do “Entrecruzamento das possibilidades” em que apresento os “Princípios de trabalho” como os valores que orientam e sustentam a proposta pedagógica

¹⁰ Oficina realizada nos meses de março e abril de 2014. O local foi uma sala de conferencias de um prédio da prefeitura de Medellín, perto da sede principal da Universidade de Antioquia, no centro da cidade.

¹¹ Oficina realizada nos meses de abril e maio de 2016, no bairro a Mouraria de Salvador. O local foi uma sede de Aikido, alugada para realizar oficinas pelo “Projeto Gerar de economia solidária”.

do processo para *acordar o próprio palhaço*. Dentro de “O relaxamento e as possibilidades criativas”, delinco as qualidades de trabalho que o relaxamento permite, apoiando-me em algumas práticas pessoais que me acompanham desde alguns anos como a meditação Zen, a arte marcial Aikido e o relaxamento com o som da Tigela Cantante Tibetana.

Logo após, na seção “Relato das experiências práticas”, escolho realizar uma mudança de linguagem para uma *escrita sensível*, recorrendo a certos símbolos, analogias e metáforas que consigam revelar a eficácia e os níveis de subjetividade atingidos durante as experiências práticas desta pesquisa. Realizo as ‘crônicas das viagens’, contemplando as experiências com os dois grupos com a qualidade de ‘*viagem em um veleiro*’ para as mulheres da Colômbia; e o ‘*mergulho*’ para os usuários de saúde mental dos CAPS em Salvador.

Como parte da metodologia de pesquisa, foram feitas entrevistas com a maioria dos participantes das oficinas e outros profissionais que acompanharam o desenvolvimento das mesmas, além do registro em áudio de algumas rodas de conversa com os grupos sobre o processo vivenciado.

Da experiência com o grupo de mulheres da Colômbia, existe um registro fotográfico de várias etapas do processo e a avaliação escrita da experiência feita por elas. Os usuários do CAPS produziram um desenho que permanece em registro fotográfico, junto com um vídeo¹² sobre um dos encontros; os depoimentos dos participantes em áudio e o registro fotográfico da mostra artística final.

Para terminar, realizo as considerações finais, a modo de aspectos (in) conclusivos de um trajeto (in) esquecível.

Durante a escrita deste trabalho, escolhi a referência ao *palhaço* (no masculino) como termo genérico. Considero que a palhaçaria feminina está tomando cada vez mais força e merece um estudo aprofundado e bem detalhado sobre as particularidades que está adquirindo. Valorizo muito as conquistas estéticas próprias e de espaços que historicamente têm sido majoritariamente masculinos, e agora nutridos com a presença de uma feminilidade que jorra criação e rebeldia. Porém, como este estudo não vai se focar sobre a particularidade da *palhaçaria feminina*, prefiro reservar o termo para ser utilizado quando dedicado a este estudo específico.

Permito-me entrar em algumas afirmações e reiterações que podem adquirir o tom de “dona da verdade”, e o que revelam, no entanto, é um grande comprometimento subjetivo por parte da pesquisadora, com um nível de afetação sensível frente ao universo pesquisado. Ao

¹² Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=2ld1opqC7MA>. Acesso em: 20 jun. 2016

invés de transmitir aqui receitas como panaceias, meu interesse é compartilhar a experiência que tem me comovido pela ampla quantidade de *potencialidades* que oferece, como *possibilidades* de realização de processos expressivos e de transformação e consciência de si mesmo, de reconciliação com nossas luzes e sombras, nossas particularidades e raridades, no estado de amorosidade e leveza que o palhaço oferece.

Subjacente ao presente trabalho se encontra uma preocupação pelo acontecer social que se mostra cada vez mais complexo. O aumento de enfermidades, a iniquidade social e econômica, o recrudescimento das guerras, os crimes de intolerância, sejam pela diversidade sexual, pelo país de proveniência, pela religião, pelo modo singular de ser e estar no mundo, pelo fato de existir... Onde foi que a gente se perdeu? Onde foi que perdemos o rumo da humanidade em direção a uma instância da nossa espécie mais consciente, harmônica, conectada com a vida?

Novamente a dimensão transcendental destas questões me supera, mas coloco-as com o intuito de dar clareza às minhas ideias no que diz respeito ao que o palhaço pode oferecer enquanto ator social e político dentro desta sociedade.

Inicialmente observo o fato como está construída nossa forma de pensar. O pensamento racional cartesiano tem se instalado no ocidente como meio para explicar o mundo e seus fenômenos em detrimento dos sentimentos, do corpo, da sensação, da sensibilidade, do espírito, em obediência a uma lógica binária que insiste em separá-lo todo e continua nos levando por territórios de escura solidão e grande sofrimento. Faz-se necessário acessar práticas que nos permitam “pensar o pensamento”, segundo Foucault, atentando sobre a relação das formas de pensamento com as lógicas do poder.

O palhaço, com seu caráter transgressor, pode chegar aos espaços onde o pensamento têm se instalado dentro dos regulamentos, para ‘puxar o tapete’ do conhecido e abrir a porta das possibilidades existenciais, de brincar com a própria loucura, de ousar criar outras formas de perceber-sentir-agir mais criativas, mais inventivas de si e do mundo. O palhaço carrega a potencialidade de entrar em contato com as *capacidades de nos recompor* que nos devolvem a um lugar em que fomos pura abertura vibrátil para o mundo, esse território da infância que perdura em algum lugar dentro de nós e que o processo para *acordar o próprio palhaço* contata.

Este trabalho pretende apenas contribuir para ampliar olhares sobre o palhaço, sua potencialidade de intervenção social e o viés de transformação pessoal que convida à experimentação do processo para *acordar o próprio palhaço* além do resultado artístico, afirmando-o como um ato de autoconhecimento e reconciliação consigo mesmo.

3. CONFIGURANDO O PONTO DE PARTIDA

3.1 DE QUAL PALHAÇO ESTAMOS FALANDO?

O clown encarna os traços da criatura fantástica, que exprime o lado irracional do homem, a parte do instinto, o rebelde a contestar a ordem superior que há em cada um de nós.

Fellini

Atualmente observamos como o interesse pela linguagem e o universo do palhaço está crescendo dentro do campo das pesquisas de pós-graduação, fato que é de grande valia para a compreensão cada vez mais aprofundada, das possibilidades que o palhaço pode oferecer dentro de vários campos de atuação, desde as artes em geral até as ciências humanas.

Por conseguinte, nestas primeiras instâncias do trabalho, vou me permitir ressaltar somente alguns dos aspectos da arte do palhaço que considero importantes para o desenvolvimento da pesquisa, sem me aprofundar na evolução histórica desta personagem, para mim, apaixonante e que o leitor pode consultar em outros trabalhos que conseguem elucidar amplamente esse panorama.

Escolho a utilização do termo *palhaço* ao invés de *clown* durante o desenvolvimento deste trabalho, pois observo que o termo *palhaço* pode acolher mais amplamente as manifestações dessa personagem em diversos contextos culturais.

A diferença encontrada entre ambos os termos, reside em que a palavra palhaço vem do italiano *paglia* (palha) que foi inicialmente a base das vestimentas da personagem cômica do palhaço - e material para recheiar colchões - que servia para protegê-lo das quedas, das cambalhotas e estripulias que faziam parte da sua performance. Enquanto a palavra *clown* vem do anglicismo que designa o *clod*, ou camponês e rústico (CASTRO, 2005, p. 51). Ambas fazem referência ao tolo, personagem ridículo que revela sua humanidade nas fraquezas e aspectos mais risíveis. Além disso, a palavra *paglia* se distancia do julgamento de *status* que o *clod* introduz.

Quando me refiro ao palhaço, estou falando da imagem arquetípica que a ideia do palhaço sustenta. Essa personagem que tem acompanhado a história da humanidade, acoplado-se às dinâmicas sociais desde as comunidades originárias até agora, adquirindo

diversas formas. Uma das mais atávicas é a considerada por Alice Viveros de Castro no seu livro “Elogio da bobagem”:

O palhaço está presente em todas as culturas e a mais antiga expressão do personagem é a que se faz presente nos rituais sagrados. Desde o início dos tempos, o riso foi e ainda é utilizado como elemento ritual para espantar o medo, especialmente o medo da morte. (CASTRO, 2005, p. 18)

E frente à função do palhaço de provocar o riso que espanta os medos e especialmente o medo da morte - que pode ser até considerado *O Medo* dos medos - reside a *aceitação* do nosso tragicômico destino: não vamos conseguir sair vivos da vida, vamos nos deparar com o enfraquecimento, a velhice (com sorte) e a morte.

A presença do palhaço nos rituais podia - e pode - relembrar essa fatalidade e por essa via propor-nos não levar tão a sério os nossos dramas. Os *palhaços rituais* têm sido associados com o *sagrado* ao permitirem aos homens entrar em contato com os deuses através do riso. Muitas tradições filosóficas e religiosas orientais aproximam-se da inevitabilidade da morte como veículo para transcender, em vida, os obstáculos que o medo da morte levanta e, por conseguinte, impede o pleno desfrute da vida.

Outras das funções no nível social que descansam sobre o palhaço, poderiam ser resumidas na palavra *transgressão*. O papel que o palhaço tem desempenhado se caracteriza pelo fato de gerar certo tipo de estranhamento frente à sua presença e forma de agir.

A transgressão sugere múltiplas possibilidades, pois comporta o deslocamento dos ritmos, valores e funcionalidade aos quais estamos adequados. É esta uma das características para considerar a arte do palhaço uma ‘potência de resistência’ que contém em si mesma a capacidade de *rachar a lente* pela qual estamos acostumados a ver e por essa via abre-se um questionamento sobre a natureza dos fenômenos sociais, culturais, políticos e econômicos que embasam nossa época.

Uma primeira instância de transgressão pode ser associada ao estabelecimento dos Poderes dentro da sociedade. A ideologia que procura reproduzir os estatutos de verdade sobre os quais se fundamentam as ordens sociais e políticas, precisa de um solo suficientemente firme para que possa suportar o peso das grandes verdades que garantam o correto funcionamento da engrenagem. Essa ideologia requer, porém, fugir dos espaços nos quais possa se colocar em dúvida a veracidade do seu sustento. Em palavras de Dario Fo sobre a função dos jograis nas sociedades medievais, encontrava-se “[...] a crítica satírica contra os maus costumes, as hipocrisias e o jogo sujo da política. O poder não resiste à risada... dos outros... daqueles que não possuem o poder”. (FO, 1998, p. 83)

Dentre *aqueles* que não possuem o poder, encontram-se durante a história os jograis, os bufões, os comediantes e os palhaços, assumindo a dessacralização do poder político e eclesial, e a irreverência frente às imposturas que erigem o *status* das nascentes sociedades aristocráticas. Cleise Mendes¹³ discorre amplamente sobre o lugar que é destinado à comicidade dentro destas sociedades:

[...] A comicidade poderá então ser vista não como representação daquilo que ‘está embaixo’, mas como uma *força* que ‘puxa para baixo’, que instala a crise, que divide, faz rachar, estalar a *superfície* de toda imagem solene, fechada em sua gravidade, polida, monolítica. (MENDES, 2008, p. 86)

Quando a autora localiza topograficamente o lugar do cômico dentro da sociedade entre as primeiras escadas que remetem ao grosseiro, ao mundo dos instintos mais animais e menos *civilizados*, esse ergue-se como uma ameaça para quem conseguiu escalar na pirâmide do *status*, pois qualquer revelação do ‘insight’ cômico ou qualquer riso que provenha do baixo ventre, poderia gerar a rápida queda das alturas para lembrar do que estamos feitos, o que pode facilmente derrubar a *máscara* do social e do controle.

A potencialidade que reside no ato cômico como caráter divergente do instituído, permite a ampliação das possibilidades criativas ao instigar a dúvida no pré-estabelecido que, na maioria das vezes, corresponde aos interesses de subjugação e controle que o *status quo* instala sobre os sujeitos, colocando travas à experimentação das diversas liberdades.

Dentre as dúvidas que o cômico pode inocular para fazer “estalar a superfície” é a desconstrução da lógica e da forma de pensamento que o *habitus*¹⁴ constrói e perpetua. As personagens cômicas e no caso, o palhaço, conseguem gerar o estranhamento que apresenta a existência de lacunas que o pensamento lógico não consegue preencher, o vazio onde as possibilidades se potencializam, carregando consigo a relatividade das coisas e nessa via, abrindo a porta para a criação de diversas lógicas de pensamento. “[...] A comédia apresenta um descaso com a lógica real, ao mesmo tempo em que ‘conserva ciumentamente seu direito ao absurdo’”. (MENDES, 2008, p. 137). Direito esse que o palhaço tem conquistado para si e se recusa abertamente a ceder, pois é a base de sua liberdade de pensamento, de divagação e criação. Sabendo que essa liberdade se alimenta do contato ainda vivo e pulsante com sua

¹³ Nascida no Rio de Janeiro, reside em Salvador, onde é professora da Escola de Teatro da UFBA e pesquisadora do CNPq. É escritora, atriz e realiza o trabalho de criação e adaptação de textos para teatro. Possui licenciatura em Letras, bacharelado em Estudos Literários, mestrado em Letras e Linguística e doutorado em Letras e Linguística.

¹⁴ Conceito desenvolvido pelo sociólogo Pierre Bourdieu. Relaciona-se à capacidade de uma determinada estrutura social ser incorporada pelos agentes por meio de disposições para sentir, pensar e agir.

criança de espírito, como define Larrosa¹⁵ em seu livro “Pedagogia profana” (2016). Dar ao espírito uma nova infância:

Mas não como um apropriar-se da memória de sua origem ou como um recobrar sua indeterminação perdida, mas como um alcançar uma nova capacidade afirmativa e uma disponibilidade renovada para o jogo e para a invenção [...] uma cuidadosa renovação da palavra e uma tenaz preocupação em dar forma às coisas da natureza e dos homens, em ler o mundo de outra maneira, da qual possa surgir um começar plenamente afirmativo, “formalmente selvagem”. (LARROSA, 2016, p. 46)

Dessa liberdade do *formalmente selvagem*, o palhaço surge e ressurge para lembrarmos da potência criativa em nós contida, do que podemos realizar a partir do contato com o jogo, do novo olhar sobre o mundo e as coisas, e sobre nós mesmos. A natureza rebelde, inadequada e absurda do palhaço propõe a amplificação do possível e, nessa via, de novos lugares para nossa existência.

Por fim, o palhaço de que estamos falando para os fins deste trabalho, é a representação atualizada dessa figura que acompanha o desenvolvimento da humanidade, que tem evoluído com, através e apesar dela. Que tem participado dos rituais sagrados relembando-nos da *impermanência* e abrindo o canal de comunicação com os deuses. Que desestabiliza o poder e questiona as ordens. Que bombardeia a lógica dominante, introduzindo o ‘bicho’ do absurdo. Que representa o nosso contato ainda vivo e pulsante com nossa *criança de espírito*. Que se mostra perante os outros, prazeroso de sua tolice, libertando-se do peso da lógica. Que realiza em si um ato coletivo de reinvenção.

3.2 ACORDANDO O PRÓPRIO PALHAÇO

O clown é a poesia em ação.

Henry Miller

Foi mais ou menos desde os anos 1960 que Jacques Lecoq¹⁶ começou a pesquisa dentro da *École Internationale de Théâtre Jacques Lecoq*, em Paris, a partir de perguntas que

¹⁵ Professor de Filosofia da Educação na Universidade de Barcelona. Licenciado em Pedagogia e em Filosofia, doutor em Pedagogia, realizou estudos de pós-doutorado no Instituto de Educação da Universidade de Londres e no Centro Michel Foucault da Sorbonne, em Paris.

¹⁶ (1921-1999) Ator, mimo e pedagogo teatral francês. Embasou sua pesquisa de teatro físico na observação das dinâmicas do movimento a partir da educação física. Fundou sua escola em 1956.

buscavam estabelecer a relação entre os cômicos da *Commedia dell'Arte* e o palhaço de circo. O principal resultado evidenciou-se depois da observação: o palhaço faz rir, mas como?

Lecoq, então, pediu aos estudantes, dispostos numa roda-picadeiro, para fazer o grupo rir. Foram passando um após o outro tentando toda sorte de piadas, cambalhotas, jogos de palavras, mas...

[...] o resultado foi catastrófico. Sentíamos algo preso na garganta, uma angústia no peito, tudo se tornava trágico [...] Foi então, vendo-se naquele estado de fraqueza, que todos se puseram a rir, não do personagem que pretendiam apresentar, mas da própria pessoa, despida. Encontramos! O clown não existe fora do ator que o interpreta. (LECOQ, 2004, p. 213)¹⁷

A partir dessa descoberta, Lecoq começou a fazer referência à *busca pelo próprio clown*, como o processo que empreende o *buscador* para encontrar as próprias características que o apresentam ridículo e irrisório ante si mesmo e o mundo e, dessa forma, achar a “[...] parte clownesca que o habita.” (LECOQ, 2014, p. 213).

Este processo implica também a condição de *aceitação* das características modificando o *ponto de vista* que aponta para elas como ‘errôneas’. Neste trajeto, o ator vai se despindo de alguns clichês para entrar em contato com outras qualidades de si mesmo. Segundo Lecoq, “Quanto menos se defenda, quanto menos interprete uma personagem, quanto mais deixe-se surpreender o ator de suas próprias fraquezas, com maior força aparecerá seu clown.”¹⁸ (LECOQ, 2004, p. 213), apoiando-se no inacabamento e esquisitice para produzir o riso da plateia e de si mesmo. Desta forma uma considerada ‘fraqueza’ se converte em “[...] força teatral” (Ibidem, p. 212).

O palhaço pode ser identificado como a personagem na qual converge o imaginário do circo e das artes cênicas. Tradicionalmente, o ofício de palhaço transmite-se de geração em geração circense dentro do circuito familiar, a partir da imitação e da prática continuada das *gags*¹⁹ e situações cômicas.

A abordagem contemporânea do palhaço (continuando dentro da linha de Lecoq) se diferencia desta forma de transmissão, amplia-se até a formação através de oficinas, retiros, seminários, diplomas, etc., com diversos mestres e mestras que constroem sua própria visão

¹⁷ Tradução nossa. “[...] el resultado fue catastrófico. Teníamos la garganta oprimida, una sensación de angustia en el pecho, todo aquello se estaba volviendo trágico [...] Fue entonces, al verlos en aquel estado de abatimiento, cuando todo el mundo se echó a reír, no del personaje que pretendían presentarnos, sino de la persona misma, puesta así al desnudo. Lo habíamos encontrado! El clown no existe por separado del actor que lo interpreta”.

¹⁸ Tradução nossa. “Cuanto menos se defiende, cuanto menos trate de interpretar un personaje, cuanto más se deje sorprender el actor por sus propias debilidades, con más fuerza aparecerá su clown.”

¹⁹ Termo utilizado para designar as ações cômicas.

do palhaço e do processo de aprendizagem-despertamento, desenvolvendo para esse fim, uma metodologia em consonância com a própria filosofia.

Dentro das considerações que gostaria de introduzir para os fins deste trabalho, considero o que Lecoq nomeou de ‘busca pelo próprio clown’ como o processo para *acordar o próprio palhaço*, implicando uma condição latente dentro de nós que precisa somente de algumas ‘provocações’ para se abrir e se expressar, liberando dessa forma uma capacidade comunicativa que muitas vezes não tínhamos identificado como nossa.

Além da procura pelas ‘características risíveis’ de cada participante, geralmente as metodologias visam à dimensão da comunicabilidade destas características para uma plateia. É na relação que se estabelece no tempo presente, com os *outros* e com o entorno, que o palhaço enfoca sua atuação através do olhar e da corporalidade, gerando uma dinâmica de comunicação que o afeta e volta a afetar o público que “deixa de ser apenas **aquele que vê**; ele participa e é parte integrante do que acontece em cena. O clown não ignora o público, ao contrário, atua para ele e espera que ele reaja.” (PUCCETTI²⁰, 2006, p. 143).

Um dos atuais pedagogos da arte do palhaço e dos primeiros em sistematizar efetivamente uma metodologia de jogos e procedimentos para se aproximar do próprio palhaço, é Jesús Jara, um pedagogo espanhol que socializa sua visão do palhaço em seu livro “El clown, un navegante de las emociones” (2000).

Jara considera a filosofia do palhaço, uma ampliação da condição humana expressada através das emoções, que produzem no espectador a identificação da própria humanidade, gerando o riso como produto desse desvendar das situações que, refletidas no palhaço, aparecem ridículas e paradoxais perante os nossos olhos. O palhaço, para ele, compartilha varias características com a criança:

[...] em seu comportamento, suas formas de raciocínio, seu jeito de afrontar os problemas. Em suas brincadeiras, suas reações, suas mudanças de humor, como por exemplo, passar do pranto ao riso sem transição. A curiosidade, a ingenuidade, o olhar claro, a sinceridade e a espontaneidade, certamente, são conceitos comuns nas pautas de comportamento da criança e do clown. (JARA, 2000, p. 52. Tradução nossa).

Porém isso não significa que o palhaço como personagem construída por um adulto tenha que se comportar de um jeito infantilizado, mas que pode usufruir das possibilidades que o universo da criança oferece dentro de um ambiente de liberdade e leveza que é muitas

²⁰ Pesquisador, mestre e palhaço do LUME Teatro. Núcleo interdisciplinar de pesquisas teatrais da UNICAMP, São Paulo. Coletivo de sete atores que se tornou referência internacional para artistas e pesquisadores no redimensionamento técnico e ético do ofício de ator. Atualmente conta com 30 anos de trabalho continuado.

vezes possibilitado pela utilização da máscara do nariz vermelho. Esta, dentro do imaginário coletivo, outorga ao portador certa liberdade de ação, rebeldia e transgressão dos parâmetros considerados como ‘socialmente aceitáveis’.

Jara considera outros aspectos que se relacionam com o restabelecimento do *estado de saúde* como: “Rimos de nós mesmos e, ao fazê-lo, nos curamos. Por conseguinte, o clown, de alguma forma, contribui a cicatrizar as nossas feridas, e contribui com um pouco de luz às nossas sombras” (JARA, 2000, p. 46. Tradução nossa).

Outra das atuais palhaças e pedagogas de palhaços é Caroline Dream²¹, que no seu livro “El payaso que hay en ti” (2012) aproxima-se de várias questões com as quais tem se deparado durante os anos como pedagoga. Dream refere-se ao trabalho do palhaço como uma ‘arte curativa’ que “[...] a diferença da maioria de técnicas de cura, seu objetivo não é curar doentes, mas *desvelar a vitalidade* inerente em todas as pessoas e gozar dela.” (DREAM, 2012, p. 24. Tradução e grifo nosso). Desenhando assim o trajeto *criativo-curativo* como potencialidade do processo para *acordar o próprio palhaço*.

Caroline Dream apresenta a técnica do palhaço vinculada ao processo de autoconhecimento e de afirmação da ‘própria loucura’, identificando a necessidade do humor na sociedade contemporânea: “[...] Os clowns nos oferecem uma opção alternativa. Com sua arte animam as pessoas a brincar, a serem elas mesmas, a encontrar o gozo interno e se arriscar a abrir seu coração” (DREAM, 2012, p. 38. Tradução nossa). É na base destas ideias sobre a arte da palhaçaria e da potencialidade que ela apresenta frente à manutenção do *estado de saúde*, que foram se desenhando as reflexões que conduziram a presente dissertação, encontrando nas experiências práticas o alicerce dos questionamentos.

3.2.1 A potencialidade do riso

‘Tendo rido Deus, nasceram os sete deuses que governam o mundo... Quando ele gargalhou, fez-se a luz... Ele gargalhou pela segunda vez: tudo era água. Na terceira gargalhada, apareceu Hermes; na quarta, a geração; na quinta, o destino; na sexta, o tempo.’ Depois, pouco antes do sétimo riso, Deus inspira profundamente, mas ele ri tanto que chora, e de suas lágrimas nasce a alma.

[Citação de Reinach,S]

Georges Minois

²¹ Atriz e palhaça inglesa. Reside em Barcelona desde 1989. No seu livro “El payaso que hay en ti” realiza uma sensível aproximação ao universo do palhaço, compartilhando alguns exercícios para continuar na pesquisa do próprio palhaço. É pedagoga de palhaços desde 1998.

Podemos afirmar que o riso comunica um estado de afetação humana frente a múltiplos estímulos, que carrega em si – além do imenso prazer - a possibilidade de desestabilizar muitas das nossas certezas, desde a certeza da ordem e das coisas, até a própria certeza de nós mesmos, de nossa *consistência*.

No estudo realizado por Cleise Mendes (2008) sobre o poder da catarse cômica, a autora desenha um percurso detalhado e aprofundado sobre os paradigmas e preconceitos que têm nos distanciado de observar a “[...] extraordinária força com que as estratégias, próprias de uma concepção cômica do mundo, promovem o efeito catártico em seu ridente receptor” (MENDES, 2008, p. XXV). Deixando entrever como estes ‘paradigmas e preconceitos’ relacionam-se tantas vezes com a potencialidade do riso de *duvidar* das *verdades* e ‘desmascarar’ as ideologias. A qualidade subversiva da ordem e da lógica que o riso permite, leva em conta também, a resistência da mesma lógica frente à comoção que o riso gera e que ameaça destitui-la.

O autor Jorge Larrosa, refere-se ao papel do riso na configuração do pensamento, conferindo-lhe uma importante função na relação dialógica com o ‘pensamento sério’:

De um pensamento que, simultaneamente, crê e não crê, que, ao mesmo tempo, se respeita e zomba de si mesmo. De um pensamento tenso, aberto, dinâmico, paradoxal, que não se fixa em nenhum conteúdo e que não pretende nenhuma culminância. De um pensamento móvel, leve, que sabe também que não deve se tomar, a si mesmo, demasiadamente a sério, sob pena de se solidificar e se deter, por coincidir excessivamente consigo mesmo. De um pensamento que sabe levar dignamente, no mais alto de si, como uma coroa, um chapéu de guizos. (LARROSA, 2013, p.170).

Desta forma o riso imprime certa mobilidade ao nosso pensamento que pode nos fazer aprofundar nos significados das *verdades* que temos herdado, e na forma como construímos a nossa racionalidade respondendo às lógicas que estratificam e dividem os fenômenos com base em certos valores, estabelecidos pelas estruturas de poder e saber. A tensão que o riso introduz no nosso sistema de pensamento ajuda a criar novos campos de percepção que permitem recompor os lugares que têm sido solidificados como ‘comuns’, para expandir as possibilidades de apreensão do mundo.

Cleise Mendes traz à tona uma reflexão sobre o riso, que reverbera no sentido de dimensionar até que ponto pode a presença do riso determinar o acontecer social. A autora cita Amos Oz, escritor israelense, refletindo sobre uma prática de tolerância que dê conta da ética do riso:

[...] Em sua receita para combater os fanatismos sangrentos, [Amós] Oz acredita que essa capacidade de vencer a loucura pela percepção de fraquezas recíprocas pode funcionar ‘não apenas em relação aos indivíduos, mas também em relação às nações, culturas e religiões’. Pois há uma incompatibilidade entre o humor e a adesão irracional às verdades unívocas: ‘Nunca vi um fanático bem-humorado, nem alguém bem-humorado se tornar fanático’. Depois de ter estado no campo de batalha por duas vezes, Oz conclui que o maior perigo não está em armas e bombas, mas ‘no coração humano: agressão, fanatismo, prepotência, excesso de zelo, incapacidade de imaginar, incapacidade de ouvir, de rir – principalmente, rir de si mesmo’. (MENDES, 2008, p. 207).

O bom humor e a capacidade de rir de si mesmo poderiam ser novas bandeiras de uma ‘revolução do contato humano’ que inspirasse um reconhecimento da humanidade mais sincero e mais tolerante com as diferenças?

Com esta dimensão sobre a importância de rir de si mesmo como prática de distanciamento que permite o libertador ‘não se tomar demasiadamente a sério’, é que o palhaço se permite zombar de si e *se doa* para o público, conseguindo um efeito cômico que permite ao público rir *através* dele. Cleise Mendes faz referência a Baudelaire, sinalizando que o autor admite...

[...] embora como ‘caso raro’, que exista um homem capaz de rir de sua própria queda – tal homem teria que ser um filósofo, ‘um homem que conquistou, por hábito, a força de se desdobrar rapidamente e de assistir como espectador desinteressado aos fenômenos do seu eu’. (MENDES, 2008, p.102).

Este lugar de ‘se desdobrar’ é revisitado durante o processo para *acordar o próprio palhaço*. A dinâmica *sensibilizante* que o processo conduz tem a potencialidade de nos permitir experimentar a nós mesmos em vários lugares e dimensões, captando a riqueza de nuances que será adquirida no exercício constante entre o ‘dentro’ e o ‘fora’ de si, revelando algumas das nossas próprias características que permaneciam escondidas ou ignoradas.

Dentro do processo para *acordar o próprio palhaço*, o riso é um alimento que guia com leveza e contundência as descobertas que o contato com nossa capacidade de jogo e nossa inocência permite, veiculadas por um imenso prazer derivado da sensação de liberdade infantil. O riso vai invadindo até nossa gestualidade, sustentando-se na nossa condição risível. E, naturalmente dentro deste processo, vai se produzindo o estranhamento sobre várias das consideradas *certezas* que sustentam o funcionamento ‘lógico’ das ordens, abrindo a porta para a recriação do *nosso* mundo.

3.2.2 O arquétipo da sombra

A Sombra é a imagem de nós mesmos que desliza em nossa esteira quando caminhamos em direção à luz.

Stein

Realizarei uma aproximação ao conceito do arquétipo da sombra dentro da compreensão desta pesquisa, sem, no entanto, pretender abarcar nem analisar exhaustivamente um tema tão amplo e profundo.

Dentro do processo para *acordar o próprio palhaço*, podemos nos defrontar com muitas das nossas características, que vão se desvendando e entregando-nos novas informações sobre nós mesmos que possivelmente não tínhamos tornado consciente.

Esse processo de *autoconhecimento* implica um estado de fluxo constante, que foge de padrões rígidos e adquire sua consistência no fato de reconhecer a própria mutabilidade como produto de um ‘vir sendo’ que vai se descobrindo nos atravessamentos que o outro e o entorno provocam, ecoando nas características que se mostram mais visíveis como produto dessa relação.

Dentro da teoria construída por Carl Gustav Jung²², o conceito de *inconsciente coletivo* refere-se às camadas mais profundas da psique humana, respondendo à informação que tem sido herdada ao longo da evolução da espécie e que encontra seu correlato nos *arquétipos*, como conteúdos e modos de comportamento que se expressam em elaborações simbólicas e imagéticas. Segundo Jung “[...] Tais imagens são ‘imagens primordiais’, uma vez que são peculiares à espécie, e, se alguma vez foram ‘criadas’, sua criação coincide no mínimo com o início da espécie.” (JUNG, 2000, p.90).

Os *arquétipos* teriam a capacidade de dar ‘forma’ à quantidade de informação latente no *inconsciente coletivo*, permitindo e veiculando o caminho através da consciência. Como observado por Jung, ao refletir sobre o modo peculiar como os ensinamentos tribais ligados à mitologia tratam os *arquétipos*:

Na realidade, eles não são mais conteúdos do inconsciente, pois já se transformaram em fórmulas conscientes, transmitidas segundo a tradição, geralmente sob a forma de ensinamentos esotéricos. Estes são uma expressão

²² (1875-1961) Psiquiatra e psicoterapeuta suíço. Fundou a psicologia analítica e desenvolveu os conceitos de personalidade introvertida e extrovertida, os arquétipos e o inconsciente coletivo, entre outros.

típica para a transmissão de conteúdos coletivos, originariamente provindos do inconsciente. (JUNG, 2000, p. 17).

Desta afirmação se deriva o papel da arte como ferramenta que permite - através das diferentes linguagens artísticas - a 'elaboração' dos aspectos do inconsciente que, podem ser integrados à consciência, como resultado da comunicabilidade que a forma artística lhe outorga.

Dentro do universo dos arquétipos, há o *arquétipo da sombra* que, segundo Jung, no nosso nível cultural é entendido como:

[...] uma falha pessoal ('gafe, deslize'), sendo atribuída à personalidade consciente como um defeito. Não nos lembramos mais de que, por exemplo, em festas como o carnaval e outras semelhantes, encontram-se ainda remanescentes de uma imagem que corresponde à sombra coletiva; essas festas comprovam que a sombra pessoal é, por assim dizer, descendente de uma figura coletiva numinosa. Esta última decompõe-se pouco a pouco sob a influência da civilização e permanece viva, mas dificilmente reconhecível, em resíduos folclóricos. Sua parte principal, porém se personifica, tornando-se objeto de responsabilidade subjetiva. (JUNG, 2000, p. 258).

Como parte da condição 'numinosa' que temos herdado da evolução civilizatória, é que se constituem o acúmulo de aspectos de nossa personalidade que ficam guardados na escuridão. Os aspectos mais animais de nossa personalidade, os mais violentos e imorais, tudo o que não gostaríamos de ser, cujas manifestações temos ignorado ou queremos esquecer.

No trajeto traçado pelo processo para *acordar o próprio palhaço*, estamos expostos à manifestação de algumas destas características que ficam latentes, aguardando a oportunidade para se expressar. Neste processo, sob o enfoque proposto, procuramos a desestabilização das nossas 'certezas' para encontrar algo que possa nos revelar além do já conhecido, que nos permita recriarmos-nos e experimentar diferentes sensibilidades adormecidas, dentre as quais se destaca o contato com nossa *sombra*.

Geralmente, quando deixamos de conceder a mobilidade suficiente a estes aspectos 'sombrios', eles ficam nos lugares do inconsciente de onde podem exercer grande controle, carregados e vitalizados por nossa vontade de anulação. Quando trazemos à tona o conteúdo inconsciente, este "[...] se modifica através de sua conscientização e percepção, assumindo matizes que variam de acordo com a consciência individual na qual se manifesta" (JUNG, 2000, p.17).

Poderíamos inferir então, que um trabalho de *autoconhecimento* tem a potencialidade de aclarar, de modificar e de integrar a informação que o inconsciente oferece, tirando alguns

‘mantos’ que a ocultam. Porém, este processo encarna o defrontarmos com verdades que podem ser atordoantes, e essa potencialidade floresce ao se conectar com outras dimensões com que nos presenteia a consciência. Nas palavras de Jung:

O encontro consigo mesmo significa, antes de mais nada, o encontro com a própria sombra. A sombra é, no entanto, um desfiladeiro, um portal estreito cuja dolorosa exiguidade não poupa quem quer que desça ao poço profundo. Mas para sabermos quem somos temos de conhecer-nos a nós mesmos, porque o que se segue à morte é de uma amplitude ilimitada, cheia de incertezas inauditas, aparentemente sem dentro nem fora, sem em cima, nem embaixo, sem um aqui ou um lá, sem meu nem teu, sem bem, nem mal. É o mundo da água, onde todo vivente flutua em suspenso, onde começa o reino do ‘simpático’ da alma de todo ser vivo, onde sou inseparavelmente isto e aquilo, onde vivencio o outro em mim, e o outro que não sou, me vivência. (JUNG, 2000, p. 31)

O processo de entrar em contato, assumir e aceitar nossa própria sombra está revestido da capacidade de incorporar em nossa experiência vital a energia que a sombra tem para nos oferecer, que está ligada às qualidades da espontaneidade, da criatividade, da sensibilidade emocional profunda. O processo para *acordar o próprio palhaço* investe firmemente na revitalização destas sensibilidades adormecidas – ou reprimidas - para ampliar o campo da vitalidade e, com ela, das experiências sensíveis de si e do mundo.

Estas necessidades vitais corresponderiam - dentro da psicologia analítica jungiana - ao processo de individuação que caminha na via da unificação dos opostos:

A individuação significa tender a tornar-se um ser realmente individual; na medida em que entendemos por individualidade a forma de nossa unicidade, a mais íntima, nossa unicidade última e irrevogável; trata-se da realização de seu si-mesmo, no que tem de mais pessoal e de mais rebelde a toda comparação. [...] O si-mesmo, no entanto, compreende infinitamente mais do que um simples eu. A individuação não exclui o universo, ela o inclui. (JUNG, 2006, p. 355).

E como tantos caminhos podem conduzir ao mesmo propósito, a proposta do processo para *acordar o próprio palhaço* caminha na aceitação consciente e leve das nossas características esquecidas ou bem guardadas, para permitir que o universo do palhaço lhes dê a mão para dar um passeio e para conseguir construir as pontes até o entendimento mútuo. Entendimento que nos permite aceitar-nos além do que achamos ‘ruim’, olhando para nossas ‘monstruosidades’ com respeito e amorosidade, permitindo-lhes que nos ensinem a grande quantidade de histórias que têm para nos contar.

3.3 Do CORPO COMO CAMPO DE BATALHA ao CORPO COMO TERRITÓRIO DE ACONTECIMENTOS

Engravidar a minha razão, do meu corpo.

Hélia Borges²³

O processo para *acordar o próprio palhaço* ancorado na *aceitação* das características ridículas e risíveis de nós mesmos e de aspectos da nossa sombra, com um olhar de afirmação da própria diversidade, pode nos defrontar com certas rejeições sobre nossas particularidades. Ao rastrear as origens destas rejeições, são desvendados alguns mecanismos que têm sido utilizados sistematicamente, determinando assim, formas de nos relacionar com nós mesmos.

Considero importante observar a existência destes mecanismos e sua intervenção na vida subjetiva e no acontecer social, com o intuito de compreender uma ampla rede de forças e relações que nos determinam enquanto sujeitos.

Com a analogia do *corpo como campo de batalha*, gostaria de introduzir brevemente a problemática sugerida pela intervenção dos *dispositivos de controle* do poder sobre as possibilidades de existência, sensibilidade, criação, significação e determinação dos ritmos, valores e gestos do corpo dentro da dinâmica de dominação e resistência, identificando no corpo esse campo de batalha onde as lutas pela libertação dos sujeitos devem ser travadas.

Frente ao *corpo como campo de batalha* se configura o *corpo como território de acontecimentos*, que age com a qualidade afirmativa dos corpos que recobram para si mesmos a capacidade de invenção, mobilizando as próprias energias dentro das dinâmicas de poder e produzindo o *vigor* que sustenta a própria vitalidade. É sob este enfoque dos *corpos como território de acontecimentos*, que se desenha a presente pesquisa, investindo no processo para *acordar o próprio palhaço* como proposta prática para tais fins.

Sinto uma especial ressonância com o percurso traçado por Hélia Borges (2014) em um dos programas *Café Filosófico*²⁴, no qual a autora começa sua exposição advertindo sobre seu interesse em ‘desajustar’ o entendimento de senso comum sobre os conceitos de corpo e saúde. O fato de ‘desajustar’ o entendimento passa, inexoravelmente, pela pergunta de como estamos ‘pensando o pensamento’, quais os fundamentos desse pensamento e quais as preposições com estatuto de verdade que ele sustenta.

²³ Hélia Borges é psicanalista. Doutora em Saúde Coletiva pelo Instituto de Medicina Social da Universidade Estadual do Rio de Janeiro. Professora da Faculdade Angel Vianna, onde leciona na graduação em dança e no curso de “Pós-graduação em Terapia através do movimento-corpo e subjetivação”.

²⁴ O programa *Café Filosófico* é uma parceria do Instituto CPFL com a TV Cultura, e tem como objetivo compartilhar as ideias de pensadoras e pensadores contemporâneos.

A autora assinala que a homogeneidade dos modelos parte de uma construção social e histórica - aproximando-se de Foucault em sua visão sobre a genealogia do processo de subjetivação - salientando que tornamo-nos sujeitos a partir das relações que estabelecemos com o ambiente, cujas condições socioeconômicas, políticas e culturais, ditam as formas como devemos nos movimentar ou paralisar no mundo.

Grosso modo, Foucault se refere à conformação das civilizações modernas como produto do desenvolvimento, evolução e dinâmica das relações de poder. Este poder foi inicialmente de origem religiosa, e seu objetivo consistia em conduzir e dirigir os seres humanos, ajustando seus comportamentos com a promessa da *salvação*, este tipo de poder foi denominado por Foucault como *poder pastoral* (FOUCAULT, 1999).

A partir do século XVIII, as sociedades capitalistas e as formas modernas de Estado que acompanharam sua formação e sustentaram seu desenvolvimento, instrumentalizariam os procedimentos e mecanismos de individualização utilizados pelo *poder pastoral*, colocando em prática técnicas religiosas no âmbito estadual “[...] Esse corpo vai sendo dominado, explorado, aproveitado no sentido de produzir sujeitos que sustentem o propósito do Estado.” (Informação verbal) ²⁵.

Estas técnicas de poder evoluíram até o surgimento das *disciplinas* (FOUCAULT, 2010) que demonstram sua maior eficiência no fato de que já não existe uma força exterior que observa o sujeito, controla e decreta a conduta ‘adequada’, mas é o sujeito quem incorpora psiquicamente as atitudes e comportamentos ‘aceitáveis’ no seu contexto social, poupando uma grande quantidade de ‘dispositivos de controle’. A *disciplina* coloniza, desta forma, o corpo do sujeito, gerando por sua vez, uma ‘provocação’ - como possibilidade de ação - sobre o *corpo como território de acontecimentos*.

Seguindo o trajeto genealógico de Foucault, no fim do século XIX e início do século XX, a especialização das técnicas de poder conquistariam com a *biopolítica* uma nova forma de domínio, concentrando-se sobre a massificação da *população* para controlá-la como um corpo só, efetivando o controle nos mais mínimos detalhes, desde a alimentação até a vestimenta ou as formas adequadas de comportamento respondendo aos papéis sociais, ou a estandardização do modelo ‘estetizante’ do corpo e da saúde.

²⁵ BORGES, Hélia. Café Filosófico: Corpo e intensidade: a saúde como capacidade de experimentar a vida em sua constante mutabilidade e desvio. 2014. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=NHP_J9vNYAU Acesso em: 15 jun. 2015. (5 min 40 s)

Hélia Borges considera que na sociedade contemporânea hipercapitalista, o funcionamento da biopolítica adquire formas de dominação que se articulam para controlar tudo aquilo que vai para além do desejo. Dentro da nova dinâmica:

[...] você constituiu um corpus que tem modos fascistas de funcionar. O que é o fascismo senão o desejo de se anular diante do poder do outro? Esse movimento significa tanto um processo de hiperexcitação - os meios tecnológicos oferecem essa possibilidade, de você estar completamente fluido distribuído numa certa não fixidez - como um anestesiamiento, um corpo anestesiado, esvaziado da sua potencia de composição. (BORGES, 2014. Informação verbal).²⁶

Segundo esta argumentação, os novos corpos *produzidos* pelo poder entram em uma lógica de massificação e tendência de anulação das próprias singularidades com o intuito de se ‘encaixar’ dentro dos padrões que o aspecto *homogeneizante* traça.

Exemplificando esta ideia, Takahashi se refere aos *paradoxos da pele contemporânea* apontando às posições antagônicas do ser humano em relação ao seu corpo e ao espaço em que este se insere, identificando como primeiro paradoxo a *fobia do relacionamento*.

Como estratégia para vencer esta fobia, o sujeito realiza o movimento mimético de inserir o corpo na multidão, para dessa forma não diferenciar a própria pele das outras peles através da saturação, diluindo assim, “[...] No meio de tantos e anônimos outros corpos” (TAKAHASHI, 2003, p. 153), a própria identidade e autonomia, doando o poder e as potências pessoais à ação da *biopolítica*: “[...] somar-se para subtrair-se” (ibidem).

Christine Greiner se aproxima de Agamben quando o autor amplia o conceito de *dispositivo* estudado por Foucault, reconhecendo-o como fundamental para compreender toda e qualquer ação política, sendo este relacionado a qualquer coisa com capacidade de “[...] capturar, orientar, determinar, interceptar, modelar, controlar e assegurar os gestos, as condutas, as opiniões e os discursos dos seres vivos.” (AGAMBEN, 2009, p. 40 apud. GREINER, 2010, p. 4.) Os *dispositivos* se localizam além das prisões, manicômios, escolas, fábricas, para ampliar seu raio de ação no telefone celular, computador, caneta, etc. a autora assinala que:

Para Agamben (2007), existiriam apenas duas classes: os seres vivos e os dispositivos. Os sujeitos resultariam da relação corpo a corpo entre um e outro e seriam o lugar dos múltiplos processos de subjetivação. É importante notar que Agamben não fala em uma subjetividade, mas em processos de subjetivação e, finalmente, em profanações que seriam as operações

²⁶ Ibidem. (8 min 34 s)

cognitivas, capazes de deslocar aquilo que está no âmbito do sagrado para o uso comum. (GREINER, 2010, p. 4.)

Nessa ordem de ideias, a figura do *corpo como campo de batalha* designa que é sobre o corpo que os *dispositivos de controle* exercem sua atividade e, sobre o corpo os sujeitos realizam os processos de resistência aos dispositivos, reconfigurando o *corpo como território de acontecimentos* e reafirmando seu direito de existência na própria singularidade. Esta dinâmica pode alimentar múltiplos desdobramentos que abrem novos campos de possibilidades quando localizados no espaço do *corpo intensivo*, nomeado por Hélia Borges como um corpo que inclui o biológico e o amplia...

[...] ele está vivo, ele está potencializado de vida, ele está expandido no mundo, ele está na relação com o mundo, ele está em fricção com o mundo, é um corpo vibracional que está sendo colonizado no capitalismo contemporâneo. (BORGES, 2014. Informação verbal).²⁷

O *corpo intensivo* ostenta como grande característica a mobilidade, que lhe permite fluir com as forças da vida que o atravessam constantemente. Dentro dessa mobilidade, cria os novos espaços para a própria existência que vai se modificando a cada flutuação dos fenômenos, recriando e devindo ‘outros’ no processo de resistência à homogeneização e ao controle da singularidade.

Esta característica de mobilidade deve ser transferida também ao campo do nosso pensamento para realizar as ‘profanações’ que Agamben considera, na medida em que Hélia Borges se refere ao ‘desajustar’ como condição para observar os paradigmas que têm sido inseridos em nossa forma de pensar a relação entre corpo e mente, dentro de uma lógica binária que dissocia o pensar do sentir, configurada desde Platão e reforçada no modelo cartesiano.

O profundo enraizamento desta lógica binária nos impele a manter ativada nossa observação atenta sobre o nosso próprio pensamento, já que este tem a tendência de voltar aos padrões conhecidos e arreigados de separação reproduzindo, por essa via, os valores que perpetuam os modelos de dominação. Segundo a autora:

Quando você retira a possibilidade de movimento de um corpo, você retira a possibilidade de criação, você retira a saúde necessariamente. Um corpo que se movimenta, um corpo que está em contato com as sensações mais íntimas, ele invade a consciência e esse corpo que invade a consciência vai produzir movimento do pensamento. (BORGES, 2014. Informação verbal).²⁸

²⁷ Ibidem. (9 min 39 s)

²⁸ Ibidem. (43 min 6 s)

Com esta ideia da necessidade de *movimento* na perspectiva de produzir os novos lugares de experimentação das subjetividades, de criar e recriar os sentidos a partir dos atravessamentos que o entorno gera nas qualidades sensíveis de nossos corpos, partimos para a revisão de alguns conceitos que norteiam o presente trabalho de pesquisa: a vulnerabilidade pesquisada por Brené Brown, o corpo vibrátil na visão de Suely Rolnik, o estado de saúde trabalhado por Hélia Borges e o *corpo em estado de palhaço* como construção fruto deste trabalho.

3.3.1 A vulnerabilidade e o corpo vibrátil

A coisa mais difícil é o conhecimento de si próprio [...] Na África, dizemos que quando vemos uma pessoa, nela há a pessoa da pessoa. E para encontrar estas outras pessoas que nos enriquecem, que nos revelam a nós mesmos, temos que ir de encontro aos outros. Dizemos que se você vir o outro, não tenha medo de olhá-lo nos olhos. Com tranquilidade, confiança, você acabará se vendo nos olhos dele. E você vai compreender que o que o aproxima é muito maior do que aquilo que o separa. Toda confusão, toda rejeição é fruto do desconhecimento do outro.

Sotigui Kouyaté

Como colocado por Hélia Borges, parte dos processos de subjetivação dentro das lógicas do hipercapitalismo, manifestam uma tendência à ‘anulação’ da sensibilidade dos sujeitos frente a si mesmos, como produto de ceder algumas potências de ação, pretendendo se ‘encaixar’ dentro dos modelos homogeneizantes. Desta afirmação inferimos que a ‘anulação’ da sensibilidade consegue abarcar o nível da afetação ao *outro*, que o ‘anestesiamento’ de si mesmo pode chegar a distanciar numa relação de sujeito-objeto.

Pessoalmente, defendo a necessidade de reconstruir as pontes que nos levem, enquanto ‘corpo coletivo de consciência’, a retomar o contato com a sensibilidade em suas múltiplas formas de manifestação, como caminho ‘humanizante’ e afirmativo da nossa potência de ação, que possa nos reconciliar com a singularidade como ‘a voz que cada um traz para o mundo’. A proposta dentro do processo para *acordar o próprio palhaço*, estimula a capacidade de afetação através do trabalho com a vulnerabilidade – ou a *vulner-habilidade* – frente a si mesmos, ao *outro* e ao entorno, configurando dinamicamente o *corpo como território de acontecimentos* para a invenção de si.

Brené Brown é uma pesquisadora estadunidense do ramo do trabalho social, que desenvolve um estudo baseado na captação de histórias de vida de um extenso grupo de

pessoas. A partir das informações coletadas, a autora define ‘dois grupos de pessoas’. Embora seja uma classificação que corresponde à lógica binária, é preciso fazer a ressalva que considera à ‘essência’ da ideia que subjaz a classificação referida:

[...] - os que têm um sentido profundo de amor e aceitação e os que se esforçam para obter isso -, somente uma variável os separa: aqueles que se sentem amados, amam, vivem e se sentem aceitos, simplesmente acreditam que são *dignos* de amor e aceitação. (BROWN, 2013, p. 127).

Pesquisando o primeiro grupo, que chamou de ‘genuínos’ definindo-os como pessoas entusiastas e sinceras que vivem um profundo senso de dignidade, encontrou o que tinham em comum: *a coragem de ser imperfeitos*. Eles manifestavam um sentimento de *compaixão* frente a si mesmos; tinham *conexão com os outros*, como resultado de sua autenticidade – a capacidade de renunciar a quem você crê ser, para ser quem você realmente é - e, por último, *aceitavam por completo a vulnerabilidade* como característica de sua valia.

A vulnerabilidade foi definida por Brené Brown, como algo que não é bom nem mau, é o centro de todas as emoções e as sensações, sentir é estar vulnerável. “[...] vulnerabilidade é incerteza, risco e exposição emocional”. (BROWN, 2013, p. 27). A aceitação da vulnerabilidade traz consigo uma grande dose de coragem, ao nos permitir experimentar os nossos sentimentos e aceitar o fato de ser vistos e expostos na sensibilidade.

Suely Rolnik²⁹ introduz o conceito de *corpo vibrátil*, como capacidade sensível que possibilita o contato com a vulnerabilidade. A autora reatualiza a teoria com base em pesquisas recentes no campo da neurociência, que constata a existência de uma dupla capacidade dos órgãos dos sentidos: a cortical e a subcortical.

A capacidade cortical “[...] corresponde à percepção, a qual nos permite apreender o mundo em suas formas para, em seguida, projetar sobre elas as representações de que dispomos, de modo a lhes atribuir sentido” (ROLNIK, 2006, p. 2). Esta capacidade cortical compreende as construções psicológicas da linguagem, a memória, a inteligência, a percepção, o sentimento, o tempo e a história do sujeito que permite “[...] conservar o mapa das representações vigentes” (idem). Segundo a autora, essa capacidade “[...] configura a relação de sujeito e objeto claramente delimitada e mantendo entre si uma relação de exterioridade” (idem), assim estabelecemos a imagem dos limites entre ‘o que’ somos e ‘até onde’ somos.

²⁹ É psicoterapeuta, crítica cultural, professora e integrante do Núcleo de Estudos da Subjetividade da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

A capacidade cortical, então, é a encarregada de gerar a ‘ilusão de permanência’ e seguridade ao conseguir ‘controlar’ o sentido dado aos fenômenos com os quais estamos em contato o tempo todo dentro de um cenário conhecido. Poderia ser entendida como a função que possibilita reconstituir o mundo no momento em que despertamos depois de dormir, ou seja, quando acordamos voltamos a perceber as coisas do mesmo jeito que tínhamos deixado antes de dormir. Permite-nos certa tranquilidade a respeito de estar em contato com o território do familiar, codificado e estável. Do outro lado a segunda capacidade, a subcortical:

[...] que por conta de sua repressão histórica nos é menos conhecida, nos permite apreender o mundo em sua condição de campo de forças que nos afetam e se fazem presentes em nosso corpo sob a forma de sensações. O exercício desta capacidade está desvinculado da história do sujeito e da linguagem. Com ela, o outro é uma presença viva feita de uma multiplicidade plástica de forças que pulsam em nossa textura sensível, tornando-se assim parte de nós mesmos. Dissolvem-se aqui as figuras de sujeito e objeto, e com elas aquilo que separa o corpo do mundo. [...] chamei de ‘corpo vibrátil’ esta segunda capacidade de nossos órgãos dos sentidos em seu conjunto. É nosso corpo como um todo que tem este poder de vibração às forças do mundo.” (ROLNIK, 2006, p. 3)

A capacidade subcortical permite apagar os limites – e as limitações - que a ilusão de separação insiste em codificar. O fato de ampliar as possibilidades de afetação do corpo implica uma multiplicação das *conexões* do mesmo com o *outro* e com o mundo, convertendo-se a experiência sensorial na condensação dos impulsos, das forças e dos atravessamentos que compõem a existência e atingem os níveis do sensível de tal forma imbricados, que convergem na nova integração dessas afetações dentro do núcleo inicial daquele corpo. O corpo seria um campo aberto à interação, com livre entrada e saída de informações, entendidas como o campo de forças.

A autora continua sua argumentação estabelecendo um paradoxo entre a ‘vibratilidade do corpo’ e a ‘capacidade perceptiva’, pois são formas totalmente diferentes de apreensão da realidade, respondendo a lógicas irredutíveis, questão que:

[...] mobiliza e impulsiona a potência do pensamento/criação, na medida em que as novas sensações que se incorporam à nossa textura sensível são intransmissíveis por meio das representações de que dispomos. Por esta razão elas colocam em crise nossas referências e impõem a urgência de inventarmos formas de expressão. (ROLNIK, 2006, p. 3)

Esta condição de permeabilidade que o *corpo vibrátil* comporta através da sensação, abre também espaço à criação de signos que possam sustentar as camadas do sensível que têm sido afetadas justamente na ampliação dos limites de permeabilidade.

O ato criativo pode ser entendido sob estes pressupostos, como uma necessidade de dar forma à nova informação que tem sido inserida e está afetando a constituição desse corpo em estado vibracional. A arte se articula dentro desta dinâmica como o ato de decifrar os atravessamentos que foram inseridos na experiência desse corpo aberto para o mundo, em que também confluem os conteúdos inconscientes a ser elaborados conscientemente na forma poética.

Gostaria de puxar o fio do conceito de *corpo vibrátil* que Rolnik traz, para tecer outro aspecto que esta pesquisa aborda e que permite considerar a vibratilidade do corpo, como o trânsito pelos *outros* corpos que compõem a existência individual. Várias tradições filosóficas, espirituais e terapêuticas trabalham sobre a existência de vários corpos que diferem segundo a tradição entre corpo etérico, astral, espiritual, emocional e mental; corpos com diferentes qualidades, que estão interligados, interconectados e cuja interconexão também amplia seus vínculos até a consciência de uma *conexão* maior, com alguma Força que vai além da constituição íntima do indivíduo.

Esta pesquisa capta a visão do corpo energético como o campo eletromagnético que desprende do corpo físico como expansão de sua presença no espaço. Este corpo energético é o lugar do entrecruzamento das vibrações que o meio gera e o campo específico de realidade de energia que o corpo sustenta, considerando que este corpo está atravessado por outras dimensões com vibrações e frequências diferenciadas que produzem efeitos específicos sobre a realidade do corpo físico em questão. A percepção sobre o corpo dentro do desenvolvimento das experiências práticas deste trabalho contemplou a afetação sobre os estados físicos, mentais, emocionais e energéticos como parte da ‘conexão consigo mesmo’ que o processo para *acordar o próprio palhaço* requer.

O sentimento de vulnerabilidade poderia se associar à sensibilidade despertada a partir da capacidade vibrátil de nosso corpo – e suas camadas - que nos permite tanto nos sensibilizar perante os nossos próprios movimentos internos, quanto nos conectar com a informação que recebemos do entorno e da sensibilidade do *outro* que faz parte de nossa experiência coletiva e nos afeta, assim, nos constitui.

Segundo a pesquisa desenvolvida por Brené Brown, “[...] estamos aqui para criar vínculos com as pessoas. Fomos concebidos para nos conectar uns com os outros. Esse contato é o que dá propósito e sentido à vida, e, sem ele, sofremos.” (BROWN, 2013, p. 13).

Continuando com esta afirmação, a autora realiza um trajeto em que considera algumas atitudes e práticas sociais que alimentam vários ‘monstros’ que ameaçam tirar o direito de *conexão* baseado no amor e na aceitação e, portanto, gerando múltiplas reações que interferem na capacidade de atuação do indivíduo em sua plenitude.

Dentre os mais fortes mecanismos que ameaçam a *conexão*, se encontra a vergonha, como um sentimento que estende suas raízes na base do segredo. A vergonha se diferencia da culpa, já que a culpa responde à afirmação “eu fiz uma coisa má” enquanto a vergonha responde a “eu *sou* má”, e com essa afirmação vem a fixação do que ‘somos’ como um fardo difícil de levar, que nos faz acreditar que somos defeituosos e que preferimos nos esconder, pois seria mais difícil viver sem a *conexão* a qual não teríamos mais direito pelo fato de sermos más. A autora considera a importância de tirar a vergonha do domínio do segredo e superá-la a partir da resiliência à vergonha, baseada nas práticas da *empatia*, da *coragem* e da *compaixão*.

Poderíamos estabelecer neste ponto algumas ligações com os processos de subjetivação operados dentro da lógica hipercapitalista a que se refere Hélia Borges, pois são processos que conseguem consumir o sujeito na dor da inadequação – e da falta de *conexão* -, alimentado pelos binarismos de exclusão dos opostos, dentro dos quais as características que correspondem à nossa *sombra* são rejeitadas, dificultando assim, o processo de ‘individuação’ como integração harmônica das nossas manifestações e, por conta disso, podem alentar a vontade de se anular enquanto singularidade. A pesquisa de Brown aponta que:

[...] um estudo de 2011 patrocinado pelo Instituto Nacional de Saúde Mental e pelo Instituto Nacional de Abuso de Drogas dos Estados Unidos, os pesquisadores descobriram que, em temas de envolvimento cerebral, o sofrimento físico e as experiências intensas de rejeição social doem do mesmo modo. (BROWN, 2013, p. 46).

Tomando em conta a intensidade dessa dor quimicamente fabricada pelo nosso cérebro, constatamos a permeabilidade do corpo físico aos estímulos que o corpo emocional, mental e energético recebe. Não é de estranhar então, a vontade da própria anulação ou a ação para procurar os mecanismos necessários para se adequar e encaixar dentro do padrão que tem sido desenhado como aceitável, silenciando dessa forma a própria voz e reproduzindo o padrão de aceitação. A *compaixão* recupera o olhar amoroso sobre as condições de cada um, seja o que for que elejamos para nossas vidas.

Os mecanismos da vergonha também têm sido instalados na mentalidade do social, baseados nos papéis de gênero a serem desempenhados. Brown descreve como as exigências

femininas obedecem a que as mulheres “[...] precisam ser doces, magras, bonitas, caladas, mães e esposas perfeitas, e não ter poder. Quem não alcançar essas expectativas vai cair na teia da vergonha” (BROWN, 2013, p. 67). E do outro lado, as exigências masculinas se apresentam com as características de “[...] conquista, controle emocional, assumir riscos, violência, domínio, hedonismo, autossuficiência, supremacia no trabalho, poder sobre as mulheres, desprezo à homossexualidade e busca de status.” (BROWN, 2013, p. 66).

Dentro dessa dinâmica de fixação dos padrões e limites para a experimentação de si mesmo, as nossas sociedades continuam adoecendo e, em muitos casos, procurando formas desesperadas de expressar – ou exorcizar - a singularidade, que muitas vezes pode adquirir formas violentas e radicais, ou procurar as vias do entorpecimento da sensibilidade com diversos ‘sucedâneos’ que ‘ajudem’ a anestésiar os sentimentos com os quais não conseguimos lidar. A pesquisa de Brown assinala que:

Os americanos estão mais endividados, obesos, dependentes de remédios e viciados do que nunca. Pela primeira vez na história, o Centro de Prevenção e Controle de Doenças (CDC) dos Estados Unidos anunciou que os acidentes automobilísticos se tornaram a segunda maior causa de morte acidental no país. O motivo principal? Overdose de drogas. Mas a verdade é que há mais casos de morte por overdose de drogas prescritas do que por overdose de cocaína, heroína e metanfetamina somados. (BROWN, 2013, p. 82)

Deste ponto de vista, a necessidade de aprender a lidar com nossas emoções e conseguir aceitar a vulnerabilidade, a partir do trabalho para desmontar a vergonha e suas máscaras – como o perfeccionismo que consiste em querer ser ou parecer perfeitos para fugir da vergonha, da culpa e do julgamento - e por essa via reconstruir os vínculos que nos fazem dignamente nos sentir parte de uma coletividade que nos acolhe por causa de nossas vulnerabilidades, pode ser até considerado um problema de saúde pública.

Brené Brown se depara com outra tendência dentro das histórias de vida coletadas. Um ‘padrão perigoso’ desenhou-se entre algumas pessoas que trabalham no ambiente militar e de segurança, que acreditam que existem duas possibilidades: ou se é vítima da vida ou se é ‘viking’. O ‘viking’ considera o ser vítima uma ameaça constante, razão pela qual se mantém no controle, domina, exerce poder e *nunca* se mostra vulnerável. Uma forma de conceber o mundo que pode desencadear situações como:

Para os soldados servindo no Afeganistão e no Iraque, voltar para casa é mais letal do que estar em combate. Desde a invasão do Afeganistão em 2001 até meados de 2009, as Forças Armadas dos Estados Unidos perderam 761 soldados em combates naquele país. Compare isso aos 817 que se suicidaram no mesmo período. (E esses números não levam em conta as

mortes associadas à violência, ao comportamento de alto risco e às drogas). (BROWN, 2013, p. 89)

Posso identificar no contexto do conflito sócio-político colombiano, e da ‘racionalidade’ associada ao narcotráfico, grandes rastros da mentalidade ‘viking’ que se manifesta na imposição violenta sobre os outros até os níveis do extermínio; ou na quantidade de assassinatos de jovens negros nas periferias das cidades brasileiras; ou nos altíssimos índices de violência contra a mulher e a homofobia... Todos estes indicadores de ações violentas, suicídios, abusos de drogas, anestesia da sensibilidade, seguem gritando uma realidade que se faz urgente: precisamos assumir nossa vulnerabilidade, rir de nós mesmos para diluir as ‘miragens’ dos fanatismos, e conseguir nos conectar com os outros com o coração na mão, com os riscos que essa atitude possa trazer, mas é justo nesses momentos onde pode acontecer a *magia do encontro* com o *outro* e o *recordar* – passar de novo pelo coração - do nosso caráter sagrado. A pesquisa de Brown aponta também a espiritualidade como guia fundamental para as ‘pessoas plenas’, entendidas como pessoas que realizam ‘a coragem de ser imperfeitas’:

Não estou falando de religiosidade, mas de crença profundamente arraigada de que estamos inexoravelmente ligados uns aos outros por uma força maior do que nós mesmos – uma força que é amor e compaixão. Para alguns essa força é Deus, para outros é a natureza, a arte ou até a emotividade. (BROWN, 2013, p. 88).

No Aikido, como *prática* física na base de filosofias espirituais, o trabalho se enfoca no treinamento da capacidade de *conexão* com o *outro*, que permita a ambos entrar na *corrente* da *Energia* harmônica. A sinergia ajuda a dissolver os ‘bloqueios’ que impedem essa *conexão* acontecer, o estado de permeabilidade acolhe o outro e motiva a ‘transformação’ mútua. Agora, de posse da capacidade sensível que o *corpo vibrátil* ativa, que nos permite ‘vir sendo’ em continuo movimento, que abarca nosso corpo energético assimilando o campo de forças do *outro* e do entorno, que nos constituem; abrimos nossa *habilidade vulnerável* de afetação, para rastrear os possíveis desdobramentos destas condições sobre o *estado de saúde*.

3.3.2 Analisando o estado de saúde

Estou convencido de que a cura é o prazer.

Guillermo Borja

A partir da argumentação de Hélia Borges, a autora discorre sobre a pesquisa que Daniel Stern realiza com bebês sobre o ‘senso do eu’, em que o psicanalista identifica o ‘senso do eu emergente’ como o primeiro vivenciado pelo bebê. O bebê manifesta um campo de intensidade muito amplo na sua abertura para o mundo, pois, quando nasce, tem uma experiência de atravessamento da luz, dos sons, da percepção da chegada do cuidador pelo deslocamento de ar, etc. Hélia Borges afirma que esse estado permanece em nós quando amamos, nos entregamos a uma paixão; quando estamos extremamente sensíveis, abertos e conectados com o *outro*, ou seja, vulneráveis à existência e suas forças, vibráteis.

A certeza de que não há um ‘ultrapassamento’ das fases, mas sim a somatória das experiências sensíveis e por tanto uma “[...] ampliação da experiência quando a gente é capaz de acessar essas fases mais primárias de existência” (BORGES, 2014. Informação verbal)³⁰, contempla um trajeto que pode adquirir conotações terapêuticas ao recobrar para si mesmo as memórias dessa abertura a atravessamentos, com a consciência desse acesso na pele de alguém que tem se tornado novamente permeável ao campo de afetação intensivo.

A autora constrói uma definição do *estado de saúde*, alimentada na perspectiva de Winnicott, em que a saúde:

[...] não significa um silêncio [dos órgãos], mas significa a capacidade de você estar criando na vida, de você estar encontrando os acasos e podendo constituir com esses acasos novos lugares para sua existência. Quando você fecha seu corpo a esses encontros, você adocece, você rompe sua mobilidade, você interrompe o processo vital. (BORGES, 2014. Informação verbal)³¹

Continuando nessa linha de exposição, Hélia Borges se refere a Wilhelm Reich como um dos primeiros “[...] a perceber que o corpo é o lugar onde se depositava a forma de adoecimento dos indivíduos, a ponto dos indivíduos desejarem o lugar da servidão” (BORGES, 2014. Informação verbal)³², ao mostrar como “[...] a musculatura vai se

³⁰ BORGES, Hélia. Café Filosófico: Corpo e intensidade: a saúde como capacidade de experimentar a vida em sua constante mutabilidade e desvio. 2014. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=NHP_J9vNYAU Acesso em: 15 jun. 2015 (16 min 30 s)

³¹ *Ibidem*. (20 min 48 s)

³² *Ibidem*. (21 min 34s)

contraindo a partir das repressões, dos impedimentos que a sociedade vai instalando para os sujeitos, para o poder se estabelecer” (Idem)³³.

Encontramos então, como é nesse *corpo como campo de batalha*, onde se visibilizam as dinâmicas do poder que ‘constroem’ os corpos que dominam e, na mesma medida, no *corpo como território de acontecimentos*, se compõem as dinâmicas de ‘resistência estética’ dos corpos como ato de reafirmação da própria existência, retomando o direito de existir enquanto singularidade que cria múltiplas linguagens, que adquirem tantas formas quanto impulsos criativos e forças de atravessamento possam imaginar.

O *estado de saúde*, sob esta perspectiva, é passível de ser permanentemente treinado e revisitado por inúmeras vias, como um campo de dinamismo e criação em movimento. Esta definição abrange uma compreensão *democrática* do *estado de saúde*, pois todo mundo *pode* ter acesso a esse estado de criação e mobilidade, em que teremos a capacidade de decidir qual a medida do *nosso* conceito de saúde, pois existirá um conceito para cada um com suas características.

Seguindo com essa ordem de ideias, Rolnik traz uma definição de ‘cura’ a partir da visão de D.W. Winnicott, em que:

A cura tem a ver com a afirmação da vida como força criadora, com sua potência de expansão, o que depende de um modo estético de apreensão do mundo. Tem a ver com a experiência de participar na construção da existência, o que – segundo o psicanalista inglês - dá sentido ao fato de viver e promove o sentimento de que a vida vale a pena ser vivida.³⁴ (ROLNIK, 2001, p. 10).

Puxando agora os fios da exposição de Brown sobre a vulnerabilidade, quando a pesquisadora localiza esse ‘sentimento de que a vida vale a pena ser vivida’ na construção de vínculos e da *conexão*, podemos perceber como o caráter vibrátil, o campo intensivo do corpo, a vulnerabilidade, abrem o espaço para um infinito campo de possibilidades criativas que contemplam também o fato de estarmos compartilhando uma ‘experiência coletiva de conexão’. Na medida em que *eu* me abro para a experiência do mundo, me abro para a experiência do *outro* que também me constitui, alimentamos juntos o pertencimento a uma *alma grupal*.

³³ *Ibíd.* (22 min 30s)

³⁴ Tradução nossa: “La cura tiene que ver con la afirmación de la vida como fuerza creadora, con su potencia de expansión, lo que depende de un modo estético de aprehensión del mundo. Tiene que ver con la experiencia de participar en la construcción de la existencia, lo que –según el psicoanalista inglés- da sentido al hecho de vivir y promueve el sentimiento de que la vida vale la pena ser vivida.”

Quando Winnicott se refere ao fato de ‘participar na construção da existência’, se o interpretamos como o retomar nosso *poder criativo*, estaríamos também nos conectando com a ideia de exercitar o contato com a *Força* criativa que reside em nós, que é a mesma *Força* que cria os fenômenos do mundo. Me pergunto, será que parte da *cura* poderia ser olhada sob uma perspectiva espiritual de conexão e reatualização do nosso caráter divino como seres criadores?

Com o intuito de ampliar *uma voz*, fonte de grande sabedoria como é a voz dos povos originários, vou me referir à visão sobre a saúde e a cura de uma etnia localizada na região central da Colômbia, a etnia Emberá Chami. Para eles, a cura é uma *arte*,

[...] produto da tradição oral, da riqueza ancestral e da biografia da comunidade; onde confluem o saber acumulado dos povoadores em torno do cuidado físico, mental e espiritual, e a mediação da natureza, seus produtos, elementos, espaços e espíritos. A medicina tradicional é o eixo articulador da vida física-mental-espiritual, é a conjunção de saberes e práticas de relação com a mãe natureza e seus componentes curativos.³⁵ (CARDONA, 2012, p. 634).

Podemos identificar também nessa visão da *arte de curar*, a característica holística e interconectada do indivíduo com as forças da natureza, mantendo a importância da *conexão* com as raízes do corpo coletivo e atingindo a dimensão espiritual que “[...] constitui o mais relevante, na medida em que todas as cosmogonias e cosmovisões indígenas são determinadas pela mãe natureza e seus espíritos” (CARDONA, 2012, p. 636). Dentro dos campos de vibratibilidade dos corpos, cabem as experiências com os fenômenos tanto visíveis como invisíveis das forças e das energias que nos compõem enquanto nos atingem.

Desde a física quântica, passando por várias correntes filosóficas e espirituais confluem na afirmação de que não somos seres dissociados uns de outros, não existe separação - como a racionalidade cartesiana baseada nos binarismos tenta reforçar - portanto, o que acontece com o outro reverbera na minha própria experiência.

O nível de anestesiamento contemporâneo à nossa própria sensibilidade e por essa via, à sensibilidade do *outro*, nos insere numa ‘lógica antropofágica’ de distanciamento e falta de empatia que vai nos enrijecendo e fechando no mundo da virtualidade desconexa que não admite a vulnerabilidade, e novamente entramos no campo das ideias fixas, dos fanatismos, dos comportamentos adquiridos que reproduzem um padrão que não contempla a expressão

³⁵ Tradução nossa: “El arte de curar es producto de la tradición oral, la riqueza ancestral y la biografía del resguardo; donde confluyen el saber acumulado de los comuneros en torno del cuidado físico, mental y espiritual, y la mediación de la naturaleza, sus productos, elementos, espacios y espíritus. La medicina tradicional es el eje articulador de la vida física-mental-espiritual, es la conjunción de saberes y prácticas de relación con la madre naturaleza y sus componentes curativos.”

da singularidade. Podemos adotar como estratégia o fato de nos encaixarmos na certeza do conhecido para fugir dessa sensibilidade que nos afeta e não encontramos a forma de lidar com isso. É nesses momentos que pode aparecer o sintoma como resultado da tensão entre a força impetuosa da vitalidade e a pretensão de conter e parar o fluxo do sentir.

Hélia Borges refere-se à *língua do vivo* como a mensagem que o sintoma está comunicando, e na via da clínica, uma porta para “[...] acessar essa produção do outro, aquilo que estagnou e não pode continuar no movimento de vida” (BORGES, 2016. Informação verbal)³⁶. E continuando com sua argumentação, estabeleço o diálogo com o caráter *terapêutico* que a proposta do processo para *acordar o próprio palhaço* pode permitir:

A ideia não é minimizar o sofrimento como se fosse a ideia da cura. O trabalho de clínica é um trabalho de sustentação da vitalidade daquele ser. E o que é que significa? Significa que ele possa assumir sua própria voz, legitimar sua própria voz. E que ele tenha como lidar com seu sofrimento, que o sofrimento é parte da existência. Sustentar o sofrimento é a capacidade de estar lidando com a vida. Quando você estanca esse movimento é que a patologia surge, fazendo com que não seja mais possível lidar com a vida a partir de si mesmo. (BORGES, 2016. Informação verbal)³⁷.

Parte da mobilidade que o processo para *acordar o próprio palhaço* propõe, reside no contato com a própria sensibilidade e as possibilidades criativas que daí surgem. O palhaço mostra o avesso de sua pele, mostra o seu sofrimento, suas incertezas, medos, frustrações, maldades, sombras e o prazer que reside na alegria de se aproximar das próprias características com a leveza do olhar de criança.

Convoco aqui a visão de Viviane Mosé sobre a importância do sofrimento, como um processo necessário para o amadurecimento e a transformação do ser humano. O sofrimento - entendido como o resultado do choque entre o homem e a exterioridade da civilização, a natureza e os relacionamentos - entra no corpo, instala-se e “[...] rasga sua Alma para ficar mais larga, uma das razões do sofrimento é o rompimento da Alma para se tornar maior, e quando a Alma se torna maior, nela cabe mais mundo, ela permite mais contradição” (MOSE, 2016. Informação verbal)³⁸.

Esta condição expande-se numa maior capacidade de sustentação da existência. Para Mosé, o homem é o único animal que a partir da consciência da morte, do entorno e do que

³⁶ BORGES, Hélia. A língua do vivo. 2016. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=M2y_SXIRhO8 Acesso em: 10 out. 2016. (3 min)

³⁷ *Ibidem*. (3 min 20 s)

³⁸ MOSE, Viviane. O sofrimento move a vida. 2016. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=0Zo0Ff7kS-I> Acesso em: 10 dic. 2016. (59 s)

vive “[...] carrega sobre suas costas o infinito” (MOSEÉ, 2016. Informação verbal)³⁹. Convoco novamente a imagem do palhaço dentro dos rituais sagrados, com a função de espantar o medo através do riso, impelindo os homens a não se levarem tão a sério e a brincar com a ‘inevitabilidade’ dos acontecimentos. A ‘mudança de perspectiva’ que esta atitude sugere, reforça uma potência de ação para lidar com o sofrimento, para construir com os acasos novos lugares para a própria existência, para afirmar o *corpo como território de acontecimentos*.

Estando dentro desta dinâmica de aprender a lidar com o sofrimento, com a vulnerabilidade que gera o fato de viver com igual abertura para todas as experiências, é que o processo para *acordar o próprio palhaço* se apresenta como alternativa viável para *exercitar* a ação de dar flexibilidade a nossa capacidade de sustentar o sofrimento, de lidar com a existência e o leque de experiências que esta carrega.

Coloco aqui também a necessidade de indeterminação da ‘função terapêutica’ observada no processo para *acordar o próprio palhaço*. Esta dissertação tem se construído de trás para adiante. Foram as experiências práticas que sugeriram o caminho inverso de perguntar pelo que foi que aconteceu durante os encontros.

Mesmo que o enfoque das oficinas tenha sido artístico, as ‘situações terapêuticas’ aconteceram em várias ocasiões. Considero importante olhar para as possibilidades abertas devido à sensibilidade acordada da mão do universo do palhaço reforçando na aproximação dos procedimentos técnicos da arte do palhaço, como o detonante das ‘situações terapêuticas’. Aproximo-me aqui da observação feita por Rolnik sobre a obra de Lygia Clark quando realiza as ‘Sessões de estruturação do self’:

O que não pode se fazer é reduzir tal proposta a um estatuto de método terapêutico, sob pena de tira-lhes o essencial: a poderosa reativação que essa proposta opera da prática estética como crítica e como clínica, indissociavelmente. Este engano arranca aos personagens que Lygia criou sua condição fronteira indiscernível para trazê-los de volta à paz de uma identidade, o que, simplesmente, interrompe a experiência criadora dos devires que se desencadeiam no processo.⁴⁰ (ROLNIK, 200, p. 12).

Com estas palavras, retomamos a viagem através do corpo e do estado de palhaço, permitindo que seja ele quem nos revele as potencialidades terapêuticas que sua existência estética no

³⁹ *Ibidem*. (2 min 54 s)

⁴⁰ Tradução nossa: “Lo que no se puede hacer es reducir la propuesta a um estatuto de método terapêutico, so pena de sacarle lo esencial: la poderosa reactivación que esa propuesta opera de la práctica estética como crítica y como clínica, indisolublemente. Este equívoco arranca a los personajes que Lygia creó de su condición fronteriza indiscernible para devolverlos a la paz de una identidad, lo cual, simplemente, interrumpe la experiencia creadora de los devenires que se desencadenan en el proceso”.

mundo dos campos de afetação, canalizados através de seu olhar, podem contribuir ao deciframento e novo estranhamento das forças vitais.

3.3.3 O corpo em estado de palhaço

A criatividade é por definição, transgressão.

Paolo Nani

Até o momento procurei estabelecer algumas pontes que me ajudassem a contextualizar a visão do palhaço e do *corpo* que guiaram esta pesquisa. A partir deste momento pretendo começar a elucidar as escolhas que foram configurando a metodologia praticada com os grupos de trabalho, frisando que durante a realização das experiências práticas, a forma de abordagem do *corpo* e do *estado de palhaço*, teve que ser modificada a partir da escuta das particularidades de cada grupo.

Dentre vários referenciais que Annie Suquet apresenta sobre a percepção, há uma pequena introdução ao pensamento de Rudolf Laban que em 1910 afirma que “O primeiro dever do bailarino, como também do ator e do mímico, é desenvolver um ‘saber-sentir’” (LABAN, apud SUQUET, 2011, p. 525). E é justamente sobre este processo de desenvolvimento do ‘saber-sentir’ que o corpo do palhaço é trabalhado através de múltiplas vias de acesso que ajudem a recuperar e aprimorar o contato com o corpo em estado vibrátil, vulnerável, intensivo.

Aproximamo-nos do corpo do palhaço, sob a lente desta pesquisa, na procura de uma ampla abertura que nos permita perceber na pele os impulsos mais internos e os atravessamentos do entorno, da alteridade e dos fenômenos como um todo.

O *corpo em estado de palhaço* pode ser entendido como uma antena que captura movimentos para traduzi-los em ações. Inicialmente, captura as *e-moções*, esse turbilhão de movimentos que podem ter ou não nome nem medida, seguindo com as sensações, para aumentar seu raio às ondulações que percebe do *outro* e do entorno.

Considero que introduzir algumas reflexões sobre o *estado de palhaço*, pode contribuir para dimensionar as qualidades desse *corpo em estado de palhaço*. Ricardo Puccetti define o *estado de palhaço* como:

[...] o despir-se de seus próprios estereótipos na maneira como o ator age e reage às coisas que acontecem a ele, buscando uma vulnerabilidade que revela a pessoa do ator livre de suas armaduras. É a redescoberta do prazer de fazer as coisas, do prazer de brincar, do prazer de se permitir, do prazer de simplesmente ser. É um estado de afetividade, no sentido de “ser afetado”, tocado, vulnerável ao momento e às diferentes situações. É se permitir, enquanto ator e clown, surpreender-se a si próprio, não ter nada premeditado, mesmo se estiver trabalhando com uma partitura já codificada [...] O estado de clown é levar ao extremo a importância da relação, a relação consigo mesmo, o saber ouvir-se, e a relação com o “fora”, o elemento externo, o parceiro, os objetos de cena, as pessoas do público” (PUCCETTI, 2006, p. 138).

O estado de palhaço poderia ser entendido então, como certa forma de *estar* no mundo, com a qualidade da *disponibilidade* aos atravessamentos que o mundo oferece. É uma condição de pré-existência, que implica a latência de um amplíssimo campo de possibilidades. O estado de palhaço é o silêncio antes de pronunciar a primeira palavra, é um vazio que engendra a criação em plenitude de potencialidades. Implica também um estado de *presença* que será revelado pelo *prazer* de *ser* e *estar* no ‘aqui e agora’ como espaço-tempo existencial que privilegia a integralidade do *ser* sem dissociar o que pensa do que sente e age. Está todo integrado.

Juliana Jardim em sua pesquisa sobre a máscara do palhaço e do bufão refere-se ao estado de *transparência* do ator que:

[...] se deixa atravessar, que comunica, possibilitando a visão do outro, que permite distinguir através de si, de sua espessura, levando simultaneamente o outro a perceber um sentido oculto, enquanto ele, o ator, é evidente, claro. (JARDIM, 2002, p. 18)

O estado de *transparência* pode ser entendido como um ato de confiança que provoca a abertura e a vertigem diante do abismo que produz a situação de exposição frente aos outros. Atua em mão dupla entre o que eu permito libertar dentro de mim e o que o outro pode perceber desse processo e, por sua vez, libertar dentro de si próprio. O palhaço procura esses estados de exposição que incluem uma condição de comunhão consigo mesmo, tendo como testemunha o público e fazendo dessa troca o momento privilegiado da criação.

Desta afirmação como situação ideal, pode se desprender um trabalho que permita desemaranhar o complexo de mecanismos que criamos para nos proteger.

Ao nos defrontar com nossa *habilidade* vulnerável que acessa o campo intensivo de nosso corpo vibrátil, nos deparamos com a hostilidade que muitas vezes rege o ‘fora’, e que nos impele inconscientemente a gerar ‘couraças’ de proteção. Santiago Harris clarifica a utilização do termo ‘couraça’, idealizado por Wilhlem Reich, que:

[...] desenvolveu este conceito enquanto examinava a relação entre o corpo e o funcionamento emocional, estabelecendo a noção de couraça como uma cronicidade do funcionamento corporal que limita a pulsão do corpo e, portanto, a função de vida [...] mecanismo de endurecimento da expressão corporal, que vale a pena examinar, pelo menos no tocante às bases do seu funcionamento no corpo cotidiano, assim como sua relação com a personalidade do ator-palhaço. (HARRIS, 2011, p. 87)

Harris continua sua argumentação junto com Mario Müller, estabelecendo o caráter não estático da couraça e a observação de que as defesas estão ali para salvaguardar a integridade da vida de maneira criativa e sensível...

Vista desta maneira, a couraça, sendo uma expressão de si mesmo e ainda que reduza as possibilidades expressivas e limite a capacidade de entrega ao movimento espontâneo, constitui uma manifestação pessoal como possibilidades de flexibilização e, portanto, de ampliação do funcionamento expressivo, o qual pode ser aproveitado para uma exploração cênica do palhaço, por exemplo. (HARRIS, 2011, p. 88)

Podemos observar que o processo para *acordar o próprio palhaço* transita por vários lugares íntimos, que nos põe em contato com algumas de nossas características – cheias de luzes e de sombras - adquirindo uma variedade de matizes que podem ser potencializados dentro da criação cênica e da recriação de nós mesmos. Quando enxergamos estas particularidades que possivelmente não se encaixam dentro dos padrões constituídos de sucesso e valor, através da lente do palhaço, podemos integrar um material criativo interessante e, além disso, reintegrar em nosso corpo e nossa experiência as particularidades que muitas vezes não aceitamos.

Este reencontro nos devolve a oportunidade de brincar prazerosamente com nós mesmos e nossas limitações, em um processo de *autoconhecimento* para trazer para um lugar de visibilidade os aspectos do risível e do ridículo que temos dentro de nós. Esse é um caminho que nunca tem fim. Cada vez que achamos alguma coisa nova dentro de nós, com a qual permitir ao palhaço brincar, temos outro milhar que está esperando a sua vez. A experiência do palhaço não permite que cheguemos a fixar as formas, o palhaço tem a liberdade de experimentar a mesma situação muitas vezes e de formas diferentes a cada vez.

Puccetti se refere à ideia do corpo do palhaço como um feixe de impulsos que o levam a ‘pensar em movimento’. Sua metodologia busca o caminho da exaustão física, para entrar em contato com camadas cada vez mais profundas da musculatura, acessando lugares de não pensamento e de espontaneidade da ação. Quando o palhaço se encontra em estado de abertura, entra em contato também com a própria lógica que vai determinar sua forma de ação:

[...] o que dá sentido às ações e reações de um clown, ao seu comportamento físico, é o rigor com que ele segue a sua lógica pessoal. Conhecer profundamente esta lógica pessoal abre amplas possibilidades de criação, permitindo o encontro de soluções que têm íntima relação com o clown. (PUCETTI, 2006, p. 140)

Por esta via, o palhaço nos apresenta outras muitas maneiras de ação e pensamento que geram surpresa e estranhamento, conseguindo assim ampliar a lente com a qual estamos acostumados a analisar os fenômenos e originando qualquer resposta que motive o corpo a reagir de alguma forma inesperada, espontânea. O corpo vai colocar algumas armadilhas na razão para permitir-lhe descansar de si mesma, deixar o corpo respirar e brincar à vontade.

É um lugar de criação que permite, acolhe e precisa de todas as nossas esquisitices, estranhezas, singularidades, fracassos, nosso jeito desajustado de pensar as coisas, nossa lógica tão própria e tão orgânica que se pergunta o tempo todo o porquê das coisas serem como elas são. O palhaço mostra a partir de sua singular capacidade de apreensão do mundo, sua forma de in-compreender o mundo, as relações, os acontecimentos.

Retornando à vontade de Hélia Borges de ‘desajustar’ o sentido sobre o corpo e a saúde, o palhaço *pode* sugerir certo tipo de ‘desajuste’ de algumas dinâmicas sociais e culturais, ao brincar com a forma como se estabelecem as ‘realidades’ da ‘lógica imperante’, em contraste com sua própria lógica. Ele *pode* nos coloca no lugar da incerteza e, portanto, no lugar das possibilidades abertas.

E do mesmo jeito como esse ‘corpo-palhaço’ está aberto para todas as possibilidades, se faz necessário que esteja aberto e com capacidade de sustentar o amplo leque de experiências humanas, pois em algum momento vai se defrontar com elas. É um corpo preparado para o acaso e o risco. O risco de *ser* frente aos outros, de se expor, de ficar em estado de transparente vulnerabilidade. Prestes ao fracasso. O palhaço sabe da sua conexão e relação de interdependência com o outro e com os fenômenos. Poderíamos afirmar então que esse *corpo-em-estado-de-palhaço* é um *corpo-em-estado-de-saúde*.

Um *corpo em estado de palhaço* pode criar novos lugares para sua existência a partir dos acasos que encontra tanto em si mesmo, quanto no entorno, nos objetos, nas pessoas, nas lógicas das coisas. O palhaço realiza um ato político ao reafirmar sua existência do jeito que ele é, propondo também novas formas de estar, sentir, pensar e significar o mundo e a Vida. Podemos até construir as novas ‘epistemes da bobagem’ como pedras fundantes de um estar-no-mundo mais leve, mais brincalhão, mais consciente da transitoriedade da existência, das próprias fraquezas, da aceitação profunda do que somos e da alegria de Existir!

Para os efeitos desta pesquisa, o processo para *acordar o próprio palhaço* aborda o *treinar* do ‘saber-sentir’ como refere Laban. Vamos conferir ao palhaço a confiança para que ele nos leve pelos caminhos que podem nos conduzir a um lugar que há tempo não visitamos, ou que vamos revisitar uma e outra vez, mas sempre com um olhar diferente. O jogo e o brincar com e de palhaço é *uma* das múltiplas vias que temos para acordar essa sensibilidade adormecida nas correrias da funcionalidade e na formatação do pensamento, da ação e do gesto.

3.3.4 Do ofício alquímico e da transformação de si

Ainda que extrema, a arte do palhaço pode constituir um indispensável acessório para o ator que deseja aperfeiçoar todos os outros tipos de desempenho. Quanto mais a praticar, mais coragem reunirá como ator. Sua autoconfiança crescerá, e uma nova e gratificante sensação emergirá lentamente de seu íntimo.

Michael Chekhov

Peço emprestada esta inspiradora articulação de conceitos a Cassiano Quilici, trabalhada no seu livro “O ator-performer e as poéticas da transformação de si” (2015). Inicialmente estabeleço uma relação entre as considerações que o autor traz sobre o ator-performer, sinalizando que a performance:

[...] estaria mais sintonizada com processos de subjetivação do capitalismo contemporâneo que não se ajustam a identidades e referências estáveis, celebrando as possibilidades de recriação de um sujeito que se quer sempre em fluxo. (QUILICI, 2015, p. 111).

Encontro uma proximidade com o ofício do palhaço enquanto estética que ultrapassa a ‘representação’ para colocar o *ser* em cena que não interpreta uma personagem pré-desenhada, e que vai se inventando e recriando em cada acaso, seguindo o fluxo das afetações provocadas pelo campo intensivo de forças, gerando situações que podem fugir de algumas estruturas para gerar o ‘encontro’ com o espectador como resultado de estar no ‘aqui e agora’ em abertura para o acontecimento, vulnerável e em estado vibrátil.

O autor convida Baudrillard com a ‘estética relacional’ o qual considera a forma artística como um *dispositivo de relação* que, além da construção cênica, desperta nos artistas o interesse por tipos de treinamento que instaurem ‘estados intensificados de atenção e

percepção, capazes de desencadear certa qualidade de comunicação e afeto’ (QUILICI, 2015, p. 48).

Relaciono esta definição de dispositivo com a construída por Agamben, que dá conta dos processos de subjetivação como resultado da relação corpo a corpo entre dispositivos e seres vivos, o que neste caso pode se localizar do lado das resistências à dominação que implica o controle e o isolamento, para reconstruir as pontes até a sensibilidade humanizante da arte. Este *dispositivo relacional* pode ser considerado a base do trabalho da arte da palhaçaria, uma vez conseguido o contato com o próprio universo do ‘atuante’.

Quilici se refere a alguns atores performáticos - como John Cage, Bill Viola, Marina Abramovic, Meredith Monk - ressaltando seu interesse pelas tradições artísticas asiáticas e sua base meditativa e contemplativa que se reflete na compreensão da finalidade da arte em consonância com a ideia de *cultivo de um caminho* “[...] de um trabalho do homem sobre si mesmo. A atividade artística aqui é efetivamente uma ‘via’ para uma realização mais ampla de possibilidades da consciência” (QUILICI, 2015, p. 48).

O processo para *acordar o próprio palhaço* – como entendido na aplicação prática deste trabalho - abraça a procura pela ação e expressão sincera que deriva do contato cada vez mais profundo, atento e consciente do atuante consigo mesmo, questão que implica um trabalho constante sobre si com o intuito de conseguir esse acesso, criar e aceitar a informação que deste contato se recebe.

Segundo Burnier, “Para Shklovski, o clown faz tudo seriamente. Ele é a encarnação do trágico na vida cotidiana; é o homem assumindo sua humanidade e sua fraqueza e, por isso, tornando-se cômico.” (BURNIER, 2001, p. 206). O palhaço aprofunda na conexão consigo mesmo através de sua emocionalidade, que reafirma a condição humana exposta ante o público e que pode se espelhar nela.

Apoiando-se na finalidade da arte como *cultivo de um caminho*, encontramos Grotowski com o trabalho sobre a ‘Arte como Veículo’. O diretor distancia-se da perspectiva de Stanislavski que considera que o ‘estado criativo’ deve estar a serviço do espetáculo, para ganhar outra dimensão ao conceber a arte do performer como um veículo para “[...] uma transformação profunda do sujeito, dos seus modos de perceber e agir. Nessa reviravolta, o trabalho do artista sobre si passa a ser o foco principal da pesquisa.” (QUILICI, 2015, p. 80).

A referência que Quilici constrói sobre a alquimia, relata na sua base a condição humana como possuidora de todas as potencialidades e qualidades do *ser*, que podem ser desenvolvidas como resultado do *ofício* cuidadoso e artesanal sobre si mesmo, constituindo-se

numa prática visando o contato com as próprias características a partir da auto-observação e da consciência de si.

[...] No pensamento analógico que preside a alquimia, o homem é um microcosmo contendo em si os outros reinos da natureza. Nesse sentido, falar em ‘metais’ é referir-se também a qualidades presentes no homem. O homem pode experimentar tanto estados pesados e densos como estados de intensa luminosidade. Como filho do ‘Céu’ e da ‘Terra’ (imagem recorrente na alquimia) o ser humano contém em si possibilidades descendentes e ascendentes, o que constitui propriamente o seu eixo vertical. (QUILICI, 2015, p. 93)

O ofício alquímico do ator-performer consiste no processo de transformação do seu próprio chumbo em ouro, como uma prática que avance na dissolução da ‘matéria bruta’ do atuante, considerada como os vícios, tensões, dispersões e reatividades, desmanchando as formas e permitindo o fluxo das energias represadas para acessar a outros estados que permitam uma presença, percepção e consciência mais sutis.

Quando o contato com as partes mais densas de nossa particularidade passa pela lente da ingenuidade, sinceridade e vulnerabilidade do palhaço, alguma coisa se modifica dentro de nós. Muda o tom, muda o sentido, muda a cor. A *elaboração poética da experiência*⁴¹ estabelece formas de expressão que transformam as experiências, vivificando-as e tirando-as da cristalização para entrar de novo no fluxo do movimento que estava estagnado, neste caso, a partir do jogo do palhaço e do prazer de brincar e de ser quem ele é, abraçando luzes e sombras, libertando algumas amarras para permitir uma expressão mais ampla de si.

Para Grotowski, essa aventura perigosa para ‘libertar o ser humano de alguém’ e para aceitá-lo como ele é, sem excluir seus aspectos sombrios, é o caminho para a totalidade e para o ‘homem completo’ – um termo que pode ser encontrado não apenas no pensamento oriental e no misticismo cristão, mas ainda na psicologia analítica. Tornar-se inteiro, tornar-se completo, significa aqui unir a consciência ao inconsciente. (KROSIGK, s/d, p.56)

Nesta empreitada alquímica do trabalho sobre si mesmo, visando a unificação de si, são múltiplas as condições que nos circundam e abarcam desde os padrões sociais e culturais passando pela manifestação dos próprios automatismos e rigidezes. Além disso, estas condições dependem da disposição afetiva como nível de abertura frente aos acontecimentos e relações. Quilici refere-se ao ‘humor’ como esta coloração emotiva que tem a capacidade de tingir “[...] o modo de tomarmos consciência das coisas e interagir no fluxo da existência”

⁴¹ Conceito emprestado de Meran Vargens, quem é atriz, diretora, coreógrafa e educadora. Mestre em Teatro pela Goldsmiths College University of London, doutora em Artes Cênicas pelo PPGAC-UFBA. Professora da Escola de Teatro da UFBA e atual coordenadora do PPGAC-UFBA.

(QUILICI, 2015, p. 126), questão que se faz indispensável levar em conta no processo do trabalho sobre si.

Em condições extremas, podemos estar possuídos por um estado de humor ao qual estamos totalmente identificados, situação que nos prende dentro do envolvimento com nosso próprio ‘teatro mental’, impedindo-nos de nos movimentarmos para além da armadilha auto-imposta.

Capturado nesse estado, a pessoa aliena-se do seu poder de jogo e escolha, e também da sua responsabilidade diante do que vivencia. Torna-se cega para outras possibilidades, como se não fosse possível brincar e trabalhar sobre os próprios estados, ou estivéssemos condenados a experimentá-los de forma passiva e não criativa. (QUILICI, 2015, p. 126).

Neste ponto, nos remitiremos ao libertador ato de ‘rir de si mesmo’, que o palhaço possibilita, como estratégia de distanciamento do excesso de identificação com as formas que temos fixado de nós mesmos. “[...] Ser capaz de saltar com leveza e vigor, para além da lógica à qual estávamos presos sem saber. De repente tudo muda de perspectiva e certos dramas já não fazem sentido, ou fazem outros sentidos.” (QUILICI, 2015, p. 131).

Chegamos novamente à necessidade de nos defrontarmos com a base de nossa racionalidade, o ‘desajustar’ de Hélia Borges e as ‘profanações’ de Agamben contribuem no processo de nos perguntarmos pelos valores, lógicas e significados que temos aprendido e continuamos reproduzindo. Considero que cada vez se faz mais gritante a necessidade de mexer o solo das ‘certezas’ sobre as quais têm se erigido os discursos do poder e do saber aos quais se refere Foucault.

[...] As formas estreitas da racionalidade têm uma relação difícil com o erro, um compromisso excessivo com a lógica. Elas não sabem brincar com a loucura [...]. O estado de humor a que nos referimos se sustenta na leveza e na atenção [...]. Tal disposição só pode ser alcançada se experimentamos um radical despojamento, certa indiferença em relação ao sucesso e ao fracasso, a não submissão ao jogo da vitória. (QUILICI, 2015, p. 132)

Para esta tarefa de ‘brincar com a loucura’ em estado de despojamento e indiferença ao sucesso, abraçando o fracasso e o erro como situação criativa, é que o palhaço afirma o seu direito – e necessidade - de existência, transgredindo as dinâmicas dos valores hegemônicos e gerando um estranhamento que contém a potencialidade de semear outros desdobramentos que ampliem nossa capacidade de percepção da realidade. Esta percepção inicialmente subjetiva expande-se no caminho da comunicação e aprofunda em seu caráter de *dispositivo relacional*, para permear o contato direto com o público. Em palavras de Puccetti:

Um problema vivido por um clown transcende seu caráter individual, porque ele é cada um e todos nós ao mesmo tempo. Ele nos põe no mesmo nível, acabando com as diferenças e desestruturando tudo o que é excessivamente cristalizado. Ele nos olha dentro dos olhos e diz: “sou um ser humano como você, ridículo, frágil e belo”. E o seu prazer de existir nos contagia e nos relembra que também estamos vivos. (PUCETTI, 2006, p. 144)

Esta capacidade de desmanchar algumas das nossas fixações que o palhaço possibilita, ecoa com as afirmações de Quilici quando atenta sobre a grande quantidade de ‘ocupações sociais’ que submetem o sujeito contemporâneo na redução do seu *poder ser* ao *poder ser produtor-consumidor*, fato que não só responde à lógica da competitividade, mas ao “[...] sentimento de identidade e de pertinência, uma ilusão de autoconsistência” (QUILICI, 2015, p. 137). Sob a lente no desenvolvimento deste trabalho, esta ‘ilusão de autoconsistência’ o que pretende é ocultar a vulnerabilidade, como estado de atravessamentos sensíveis.

Ao refletir sobre o excesso de tarefas e agitação do sujeito contemporâneo dentro da lógica produtiva instaurada pelo capitalismo, o autor identifica como uma possível função de tal agir frenético, a redução ou inexistência de espaços de suspensão, de vazio, que possibilitem a percepção de nós mesmos e nossos desejos incessantes na procura do ‘algo’ que consiga pacificar-nos definitivamente. E frente a estas perguntas, problematiza a existência da arte que possa ajudar a reconhecer, penetrar e transformar o desassossego vital.

Dentre as referências trazidas pelo autor, se encontra a expressão *hepimeléia heautoû* traduzida como ‘cuidado de si’ no contexto da Antiguidade greco-latina - estudada por Michel Foucault em seu curso ‘Hermenêutica do Sujeito’- designando uma série de práticas e exercícios ligados a diferentes escolas filosóficas, que configuravam modos de vida na via de criar uma ‘arte de viver’. Quem aderiria às referidas escolas, devia ter experimentado a ‘inquietaude de si’, observando os ideais de prestígio, poder, prazer e conforto como valores ilusórios.

A ‘inquietaude de si’ surgiria de uma apreensão mais clara da temporalidade da existência, da instabilidade dos fenômenos, da insegurança fundamental que permeia nosso estar no mundo, e ela nos desafia a encontrar outros encaminhamentos para nossas energias, outros modos de lidar com as tensões do estar vivo. (QUILICI, 2015, p. 139)

A ‘inquietaude de si’ parece abarcar alguns dos princípios contornados durante este trabalho. A vulnerabilidade integra a percepção intensificada do sujeito enquanto corpo vibrátil e em abertura aos atravessamentos das forças da vida que pode implicar a consciência

do movimento, da interconexão e da transitoriedade dos fenômenos como condições subjacentes ao Ser Humano.

O *estado de saúde* pode encontrar eco dentro do desafio da ‘inquietude de si’, no sentido de encontrar em nós mesmos a energia que seja capaz de mobilizar o movimento estagnado, entre outras coisas, no medo da dissolução, ajudando-nos a investir nossas energias no processo de sustentação da própria vitalidade que contemple o leque de experiências, incluindo o sofrimento.

A arte da palhaçaria abre um campo de criação e recriação da própria existência com um olhar diferente que permite canalizar através da “[...] menor máscara do mundo” (LECOQ, 2001, p. 217), uma personagem com a liberdade de ação, invenção e percepção capaz de libertar de nós as vidas que levamos dentro e tantas vezes deixamos presas, para permitir o fluxo de uma grande corrente de Amor que reveste a existência do palhaço. Para mim, poder fazer contato com minha palhaça é uma licença que me permite expressar um grande potencial de amorosidade, sem precisar explicar o porquê. Ela simplesmente AMA.

A palhaçaria encarna a potencialidade de encaminhar as próprias energias e libertar as tensões que o fato de estar vivo produz, através do brincar que lhe confere a beleza e a leveza refrescada pelo bálsamo da infância. Uma infância que não se amedronta com os ‘monstros’ que aparecem no seu caminho, pois ela tem a capacidade de *olhar* com compaixão e amor esses ‘monstros’, para construir com eles as paisagens de si mesma como experiência multicolorida, multifacetada, *multisaborida*.

E quando esta experiência sensível continua sua expansão para as relações que estabelece com seus parceiros, ou seus espectadores, a *magia do encontro* pode permitir que as experiências de vitalidade se reflitam no outro que observa, construindo pontes até a sensibilidade que torna capaz o ato da comunhão como vivência sagrada de nossa interconexão com o Todo.

A ‘inquietude de si’ implica as práticas de ‘cuidado de si’ como um “[...] trabalho de si para consigo, elaboração de si para consigo, transformação progressiva de si para consigo em que se é o próprio responsável por um longo labor que é o da ascese (askesis)” (FOUCAULT, 2006, p. 20 apud QUILICI, 2015, p. 156). Considero este trabalho como o ‘ofício alquímico sobre si mesmo’, que se distancia das identificações para *caminhar* na via da transformação de si que implique o cuidado das relações com o mundo, com o *outro* e conosco mesmos, convidando Quilici quando expressa:

Transformação do cotidiano significa aqui a descoberta de um agir que não é o mero esquecer-se nas ocupações, ou perder-se nos hábitos já cristalizados.

Um agir renovado que começa na mudança de qualidade da própria percepção. Um perceber que não decodifica o mundo no sentido de sustentar o agir mecânico ou apenas funcional. Uma abertura que sustenta o momento de espanto e admiração diante daquilo que surge, que passa, que desaparece. Um olhar que não quer prender as coisas numa representação que as fixa, não evita a impermanência dos fenômenos e possibilita a apreensão poética dos acontecimentos. (QUILICI, 2015, p.143)

O processo para *acordar o próprio palhaço* carrega em si a potencialidade de agenciar o caminho do ‘alquimista de si mesmo’, na via de permitirmos transformar nossa percepção, atenção, aceitação e consciência, em um ato de leveza criativa que nos ajuda a nos reconciliarmos com as nossas luzes e sombras, e que seguindo no fluxo, abre-se à relação com o *outro* para continuar contaminando de experiências o encontro. Durante estes encontros, a transformação de si adquire novas nuances, pois em estado de vibratibilidade o *outro* consegue provocar a transformação do *um* para afinal, ninguém ser mais o *mesmo*. A ‘inquietação de si’ pode reafirmar esta potencialidade, ao realizar o caminho mais conscientemente.

Por fim, o processo para *acordar o próprio palhaço*, entendido como prática do ‘alquimista de si mesmo’, apresenta a potencialidade de ação que permite enxergar os fenômenos sob *outras* perspectivas, atravessadas pela *habilidade* vulnerável e o estado vibrátil do corpo que se ‘reconfigura’ em constante fluxo com os acasos. A mobilidade proporcionada pelo *corpo em estado de palhaço*, pode nos falar da manutenção do *estado de saúde*, que motiva o recobrar da vitalidade, apesar, e mesmo com, os ‘determinantes estruturais’ que o poder constrói.

Entramos agora no relato dos princípios e de algumas práticas que fundamentaram a pedagogia para *acordar o próprio palhaço*, com o propósito de observar as experiências com o grupo de mulheres da Colômbia e o grupo de usuários de saúde mental de Salvador, rastreando as ‘pontes’ que se estabeleceram entre a implementação da técnica própria da arte do palhaço, e as interseções evidenciadas na esfera do ‘efeito terapêutico’. Como mencionado, a linguagem adquirirá um atravessamento subjetivo e mais descontraído, com o intuito de dar maior ‘visibilidade’ ao território sensível contornado.

4. ENTRECruzAMENTO DAS POSSIBILIDADES.

4.1 PRINCÍPIOS DE TRABALHO.

Conhecer não é representar um mundo pré-existente, mas é um processo de invenção de si e do mundo.

Virginia Kastrup

A metodologia do processo para *acordar o próprio palhaço* com que trabalhei durante os encontros com o grupo de mulheres da Colômbia e o grupo de usuários de saúde mental dos CAPS em Salvador, é o resultado da síntese de várias experiências com diversos mestres e mestras palhaças, cada um com um olhar, entendimento, pedagogia e qualidade de escuta diferenciada.

Desde o ano de 2007 tenho participado de oficinas, workshops e experiências mais aprofundadas com Cacho Gallegos, Ângela de Castro, Caroline Dream, Ana Milena Velásquez, Julie Goell, Paola Moscoso, Moshe Cohen, Ricardo Puccetti, Antón Valén, Gardi Hutter, Pepa Plana, Felícia de Castro, Ana Vásquez, Carlos Simioni, dentre outros.

Tomando como base esta síntese de experiências formativas, além da minha experiência artística como palhaça, tento estabelecer as pontes com alguns princípios das *práticas pessoais* que realizo desde 2008, sendo elas a meditação Zen, o Aikido e o relaxamento com a Tigela Cantante Tibetana.

Ainda que durante os encontros não proponha as *práticas em si*, as motivações em que se baseiam estes caminhos espirituais, muitas vezes impulsionam os desdobramentos dos processos artísticos. As qualidades das *práticas* mencionadas atravessam *todos* os princípios da metodologia em construção, cujo ‘pano de fundo’ é o *relaxamento* como atitude de aceitação do que *é*, e possibilidade de criação a partir disso. Aproximo-me destas *práticas* com o respeito de um praticante frente a correntes espirituais muito profundas, e reconhecendo minha condição de principiante, simplesmente falo do ponto que minha experiência me permite acessar.

Considero importante sempre chamar a atenção sobre o ‘cultivo do caminho’ - como relatado por Quilici - entendendo que as *práticas* não objetivam a realização de um propósito específico, porém é o caminho *em si* e a *forma* como conseguimos transitá-lo que se faz valioso

dentro do processo de autoconhecimento e do trabalho sobre si mesmo. Para mim, a arte da palhaçaria faz parte destas *práticas* e considero-a carregada de um grande sentido espiritual.

Durante meu tempo de formação e vivência como palhaça, tenho identificado alguns princípios que escolho como basilares dentro do processo para *acordar o próprio palhaço*, e apresento-os como guias que sustentam meu trabalho como professora e que acredito impulsionam o ‘caminho como prática’ e a ‘prática como caminho’ dentro do *inacabamento* desta arte:

- *A ritualidade inaugura, nos conecta e sintetiza o tempo-espaço de trabalho.*

A vida do ser humano contemporâneo se percebe cada vez mais agitada, ‘hiperestimulada’, por vezes preocupada, estressada e pressionada pelas múltiplas demandas que o dia a dia acarreta. O tempo gera a ilusão de ser cada vez mais curto para cumprir com todas as obrigações a serem realizadas. Estas situações podem nos colocar em estados de ansiedade frente à vida e suas dinâmicas, o que muitas vezes nos afasta de viver as experiências em ‘plenitude’.

Dentro do processo para *acordar o próprio palhaço*, considero de alta importância dispor o próprio estado corporal, mental, emocional e energético em consonância com o trabalho a ser realizado. A *ritualidade* como princípio, estabelece um ‘cuidado’ especial com o tempo, o espaço e a intencionalidade do encontro. No livro sobre Grotowski, Slowiak se refere à “Objetividade do Ritual” como:

[...] a tentativa de Grotowski de criar uma estrutura performativa que funcionasse como ferramenta para o trabalho sobre si. Essa estrutura não se direcionava ao espectador, mas apenas às pessoas que faziam o trabalho. A estrutura fornece uma chave detalhada para a transformação da energia – para ascender em direção a uma energia mais sutil e atingir um estado de organicidade. (SLOWIAK, 2013, p. 87).

A *ritualidade* oferece ao momento do encontro um status e uma atmosfera diferenciada do comum, que abre a porta a diversas experiências que carregam em si a potencialidade de vivências transformadoras. Tem a capacidade de ‘equalizar’ as energias dos participantes, propiciar a observação de si mesmos e alinhar a atenção no espaço e tempo presentes para invocar o ‘espírito de trabalho’.

➤ *O prazer revela o estado de presença.*

No processo para *acordar o próprio palhaço*, o ‘prazer’ é o indicador por excelência da presença do ‘brincante’. O prazer entra em contato com intensas sensações de bem-estar e atenção que beiram o ‘território da infância’ e nos remetem ao estado de *criança de espírito* como forma de ‘estar’ no mundo que implica simplicidade, sinceridade, liberdade dos convencionalismos, espontaneidade, solidão, fluidez, estado de jogo permanente, mudanças intempestivas de humor, memória curta, ingenuidade, interesse e curiosidade... Estas características ‘infantis’ são compartilhadas pelo palhaço, como princípios criativos da técnica artística.

A qualidade da *criança de espírito*, retomando Larrosa, abraça a capacidade afirmativa da vida, como estado de disponibilidade renovada para o jogo e a invenção, que lhe permite ler o mundo de outra maneira. O palhaço ‘ativa’ seu olhar como se fosse ‘a primeira vez que vê’, atitude esta que lhe permite se redescobrir, e se surpreender de si mesmo, do *outro* e do entorno, permitindo o ‘encantamento’. O estado de *criança de espírito* permeia tanto o ‘ser’ no mundo, quanto o ‘fazer’ do palhaço; ajuda a encontrar a lógica com que o palhaço pensa e age.

O riso e o prazer de brincar podem modificar algumas atitudes do brincante, não só pelo riso e pelo prazer em si, mas sim pelo estado interior, o estado da alma que o riso e o prazer produzem. Um estado que se mostra mais aberto às experiências e mais disposto para o jogo. Dentro do trabalho com o palhaço, o *estado de presença* – imbricado com o prazer - é determinante para procurar a *conexão*, pois é necessário estar presente no próprio corpo e na própria emocionalidade para abrir-se ao diálogo com o *outro* e o entorno que propõe diferentes desdobramentos dessa *conexão*.

➤ *A conexão consigo mesmo alimenta o estado de palhaço.*

Dentro do caminho para *acordar o próprio palhaço*, a ‘conexão consigo mesmo’ é o fundamento da experiência. O palhaço se encontra no lugar onde conseguimos fazer contato com nossos desejos, anseios, prazeres e frustrações, e essa conexão adquire comunicabilidade através do olhar, dos gestos e da corporalidade.

O vínculo com nossos impulsos mais íntimos, com nossa emocionalidade e com o desabrolhar das próprias características, traz consigo um processo de *autoconhecimento* e *autoaceitação* com a potencialidade de enriquecer tanto nosso desenvolvimento humano, quanto o universo criativo dos nossos palhaços.

A autodescoberta nos permite surpreendermos a nós mesmos, ampliando a *compaixão* sob um olhar amoroso que aceita as próprias particularidades. Neste caminho nos relacionamos com rastros do que somos e que a arte do palhaço vai desvendando com seu jeito simples e brincalhão, leve.

Mas isto não significa que encontramos somente as luzes e nossas grandes possibilidades, também esse contato expande-se para o nosso reino das *sombras*, daquelas características nossas com as quais não estamos tão dispostos a lidar e preferimos esconder ou ignorar, reprimindo-as ou jogando-as no ‘porão’. O ocultamento pode trazer consigo vários bloqueios e até doenças.

Quando permitimos ao palhaço brincar com estas características também, a nossa *sombra* nos devolve a imensa capacidade criativa nela contida. Segundo Jung, a *sombra* está em contato com uma gama de informações pertencente ao inconsciente de tal amplitude, que sequer conseguimos imaginar.

O palhaço tem a possibilidade de atravessar o mundo das trevas com a lâmpada de sua capacidade de amor acesa para acessar essas informações do inconsciente, e reconhecer aos ‘monstros’ escondidos o lugar que lhes cabe. Atitude que estes valorizam muito e nos ‘premiam’, permitindo-nos enxergar a luminosidade que a *sombra* tem, e que, quando a observamos, podemos dilatar o nosso campo de visão do ‘mundo’ que somos. Quando conseguimos nos render perante a nossa luz e nossa *sombra*, com amorosa aceitação, acredito que se aciona dentro de nós um profundo processo de *cura*. Felícia de Castro refere-se ao seu curso como uma

[...] roda de amor que funciona como um suporte acolhedor para lidar com os tocantes desafios de desarmar-se e de expor a si mesma que regem a arte da palhaçaria. Mergulhar no contato com nossa criança, no nosso profundo feminino e na descoberta da palhaça, que é uma dilatação de nossa essência. É uma jornada que tem promovido transformações curativas. (CASTRO, 2017)

Faz-se preciso dentro do processo de *conexão consigo mesmo*, praticar ativamente a capacidade de escuta que vai além da escuta do colega com quem se trabalha, abrange ao público, aos estímulos externos do ambiente e principalmente, à escuta da ‘voz interior’.

Segundo Meran Vargens, esta escuta particular está rodeada de um mistério pelo fato de ser um processo individual e íntimo:

[...] algumas vezes ela [a voz interior] nos conduz a territórios distantes do nosso catálogo de razões lógicas. Levando-nos a territórios onde simplesmente *sabe-se*, sem razão, sem lógica. A voz interna nos diz apenas: ‘é isso’. A voz interior é fruto da sabedoria interna. Por isso ela permite que a nossa inteligência *fale* como um todo. Refiro-me à inteligência que vive em cada célula do corpo, em cada nível de consciência, e em cada camada do corpo energético. Por ela ser totalmente pessoal, tem seu próprio mistério e sua própria lógica. Isso a torna geradora de surpresas. Como todo mundo sabe, surpresa é uma chave mágica para o teatro. (VARGENS, 2013, p. 100).

A qualidade sutil da escuta da ‘voz interior’ resulta preciosa e indispensável dentro do processo para *acordar o próprio palhaço*, pois é ela que tem a capacidade de nos guiar com *sinceridade* até a expressão de nós mesmos ‘mais conectada’ com nosso próprio sentir e, portanto, com maior possibilidade de transmitir a ‘veracidade’ do universo do palhaço. O palhaço aproveita a escuta que revela seu estado de presença no ‘aqui e agora’ para sua criação a partir dos estímulos que o atravessam e com os quais consegue fluir.

➤ *A relação com a vulnerabilidade gera coragem e abertura.*

Considero a *vulnerabilidade* como a base do estado psíquico do palhaço. Como estado de permeabilidade que nos faz lembrar que ‘estamos vivos’ e que a vida comporta todas as emoções, oferecendo-nos a possibilidade de experimentá-las e transcorrer através delas. A vulnerabilidade sugere a capacidade vibrátil que se conecta, em estado de abertura e disponibilidade, às forças e aos atravessamentos dos campos intensivos que afetam o corpo, a mente, a emoção, a energia. A vibratibilidade lembra-nos da *interconexão* como qualidade da Vida que entretece seus fios através das experiências e dos fenômenos, de nos recriarmos a partir dos acasos.

A consciência da própria vulnerabilidade nos oferece a possibilidade de assumir uma atitude de *compaixão* por nós mesmos, aceitando as nossas tolices e inadequações, e, sob a lente do processo para *acordar o próprio palhaço*, convertendo-as em forças criativas. Afinal, o que nos faz autênticos são as características tão próprias às que acessamos através da capacidade de ‘rir de nós mesmos’, como uma das primeiras portas para ser atravessadas no caminho do palhaço: a do contato com o ‘próprio ridículo’. O palhaço permanece no umbral da sensação de prazer que o aceitar sua condição ridícula no mundo lhe traz, compartilhando-

a com alegria e despojamento de si. O ridículo lhe presenteia com a ‘voz que ninguém fala como ele fala’.

Quando nos relacionarmos com nossa vulnerabilidade, podemos perceber que é o caminho que mais nos conecta com a *sinceridade* que reside em nossa ‘essência’. Entendemos que - apesar de seu gosto ‘agridoce’ - o ato de abrir o coração e compartilhar o que se sente com os *outros*, nos *interconecta* e outorga a leveza do riso compassivo de si mesmo. Vale a pena atravessar com *coragem* essas portas e avançar com *abertura*, permitindo que ‘a vida passe através de nós’. É uma proposta, que contempla o livre arbítrio de quem queira, ou não, se adentrar nos territórios da criação da beleza a partir das afetações da vida sobre a indefesa humanidade.

4.2 O RELAXAMENTO E AS POSSIBILIDADES CRIATIVAS.

Ao fazer algo, se você concentra sua mente na atividade com convicção, a qualidade de seu estado mental torna-se a própria atividade. Quando você se concentra na qualidade do seu ser, você está pronto para a atividade.

Shunryu Suzuki

Dentro do processo para *acordar o próprio palhaço*, uma das minhas escolhas enquanto facilitadora tem sido a procura pelo estado de ‘relaxamento e leveza’, como via de abertura para o próprio universo, o universo do *outro* e do entorno. Considero que já estamos inseridos em suficientes tensões capazes de impedir o contato real com nossa própria ‘essência’. Então, valorizo as formas que nos possibilitam aproximarmos de nós mesmos em estado de brincante leveza, como fonte do grande prazer de se autodescobrir e de se aceitar com olhar amoroso e por essa via, acrescentar a capacidade criativa e de invenção de nós mesmos com fluidez.

O relaxamento é abordado como um estado de harmonização de corpo e mente que reconduz à ‘conexão consigo mesmo’ e com um ‘estado de presença’ que permite aflorar o nosso *ser*, sem juízos e sem a necessidade de lutar para ser algo diferente do que já somos. Somos o suficiente. Olsen sinaliza sobre isso:

[...] relaxar a mente e o corpo proporciona uma circulação mais livre, um estado mais calmo, mais claro da mente, que por sua vez proporciona maior apreciação em relação aos campos de energia sutis do corpo. (OLSEN, 2004, p. 26).

A meditação Zen é de inspiração Budista. Consiste na prática de *Zazen* ou ‘meditação sentada’. Realiza-se sobre uma almofada pequena ou *zafu*, mantendo a coluna vertebral reta. Um *mudra*⁴² nas mãos forma um óvalo e os polegares tocam-se suavemente, a língua em contato com o céu da boca e os olhos entreabertos olhando a 45 graus em direção ao solo. A meditação se realiza em silêncio e quietude por até 50 minutos.

Os princípios que peço emprestados da prática da meditação Zen são o treinamento do *observador de si mesmo* e a prática da *respiração consciente*. O *observador de si mesmo* contribui como testemunha do que acontece no corpo em condição de vibratibilidade, que abrange as outras manifestações do ‘ser’ no que diz respeito à emocionalidade, aos estados mentais, ao humor, aos campos de forças que recebemos do entorno. Nos ajuda a nos distanciarmos da experiência, treinando a ‘não identificação’ com os fenômenos com vias à compreensão das nossas reatividades e permitindo acessar camadas cada vez mais profundas de nós mesmos.

Uma das indicações dadas durante os encontros nas oficinas, para os momentos em que não se conseguisse parar a atividade mental, era ‘voltar para o corpo’, observar novamente a respiração, perceber a emoção e identificar em que lugar do corpo hospedava-se.

Esse ‘voltar para o corpo’ é de grande importância no momento do palhaço estar em cena. Às vezes o nervosismo de estar exposto frente à plateia sem ter a certeza do que fazer, pode ativar a atividade mental procurando alguma saída para a situação desconfortável. Neste momento se produz um afastamento do *momento presente* que implica a *desconexão* com o próprio sentir e com o público, então, fazer contato novamente com o corpo ajuda a desenhar o caminho de volta.

A *respiração consciente* também se desenvolve no mesmo sentido, de perceber o quão livre se sente a respiração, ou observar se esta fica presa em algum lugar, se é total ou mais diafragmática ou abdominal. Acrescento, durante os encontros, outras imagens que provoquem a pesquisa como a respiração pelos poros, pelos olhos, pelos cabelos, pelos pés...

O Aikido é uma arte marcial japonesa, traduzida como ‘O caminho da energia e da harmonia’. Consiste na prática de uma série de técnicas⁴³ que procuram neutralizar o

⁴² Ou “selo” em sânscrito. É uma postura com as mãos, considerada sagrada por quem a pratica dentro de várias religiões orientais, pois orientam a energia Divina para diversos propósitos.

⁴³ Dois praticantes realizam diferentes formas de ataque, intercalando quem recebe o ataque e quem o pratica.

adversário sem necessidade de confronto, através da harmonização com a energia do oponente e a realização de espirais para desviar o ataque sem resistências.

Estes princípios - levados à *arena* da vida - podem ‘explodir’ em possibilidades tanto criativas, ao entrar no fluxo dos estímulos para encontrar os melhores desdobramentos, quanto vitais, ao nos permitir integrar a energia dos ‘acazos’ revertendo-a em ‘sustentação de nossa vitalidade’.

O Aikido se entrega à fluidez, harmonizando-se com os elementos do éter, da água, do fogo, do ar e da terra. Motiva o movimento através da *leveza* e da *consistência*. O encontro com o *outro* durante a prática das *técnicas* procura o encontro real entre as duas energias para se harmonizarem visando à liberação da energia a partir do *centro energético*, localizado, para o Aikido, dois dedos embaixo do umbigo.

Durante os encontros, em algumas ocasiões refiro-me a vários desses princípios, procurando aprofundar na *leveza*, como estado de fluidez dos movimentos e da conexão com o *outro*. Também a referência ao *centro energético* como ponto de confluência e contenção da energia, ponto onde se pode concentrar a atenção no trabalho de ‘voltar para o corpo’.

O Aikido sugere também amplos desdobramentos criativos quando aplicados seus princípios à improvisação, abrindo o leque de possibilidades ao se encontrar com alguma resistência do parceiro, de si mesmo ou do entorno. O importante é treinar essa sutileza perceptiva para conseguir agir dentro do fluxo.

A Tigela Cantante Tibetana é um elemento da tradição tibetana, que ancestralmente tem sido utilizada como instrumento dentro de rituais religiosos e como medicina através do som. Quando friccionada com uma baqueta de couro, emite um som com uma frequência vibratória que ressoa em quem a escuta, atingindo níveis de relaxamento e harmonização do corpo e do ambiente.

O efeito do som atua especialmente sobre os fluidos, transformando-os. E considerando que o corpo humano está constituído 80% de fluidos, o efeito sonoro também pode atingir quem tenha dificuldades auditivas, pois a vibração do som perpassa as barreiras da audição. Em vários estudos se demonstra como o som emitido por algumas Tigelas tem a capacidade de harmonizar os fluidos em forma de mandalas⁴⁴.

O relaxamento com o som da Tigela Tibetana integrou uma das *práticas* realizadas durante as oficinas. Uma ‘sessão de relaxamento’ consistia em que o grupo deitasse em círculo, com a cabeça em direção ao centro do círculo para conseguir ouvir o som da Tigela.

⁴⁴ Figuras com composições geométricas harmônicas, ou figurativas – de Divindades - utilizadas para meditação em várias tradições orientais.

A atividade durava entre 10 e 15 minutos, dependendo da quantidade de participantes. Eu ficava no centro do círculo acionando uma Tigela de três metais, e passava por cada um dos participantes para intensificar os níveis de escuta.

O intuito era atingir um nível de relaxamento que se revertesse no bem-estar dos participantes. Em algumas ocasiões, o som da Tigela pode ampliar os estados perceptivos da mente, trazendo ‘imagens’ do inconsciente ou de outras dimensões da consciência.

As práticas da meditação Zen e do Aikido, sustentam-se na ideia de dissolver os obstáculos que não nos permitem que a ampla e inesgotável corrente da Energia Cósmica passe através de nós, para isso é preciso um recipiente – nós - em estado de vazio. A meditação Zen identifica a ilusão do Ego como impedimento, enquanto o Aikido refere-se aos bloqueios físicos e energéticos ligados também à ilusão do Ego. O caminho do praticante consiste em fazer conscientes os bloqueios e aprofundar na *prática*. Estas visões ressoam com as *práticas* realizadas por Grotowski no período da “Arte como veículo”:

Se o corpo está livre de bloqueios (se sua massa pesada não o impede e oferece pouca resistência como se estivesse vazia) ele servirá então como um canal por onde a corrente viva de impulsos puros poderá circular [...] Grotowski compara seu atual trabalho a escada de Jacó. Na Bíblia, Jacó sonha com uma escada que está atrás de sua cabeça e sobe até o céu. Em sua visão ele vê forças energéticas e anjos que sobem e descem a escada. O ator pode achar essa alta-conexão no próprio corpo entre a organicidade e a consciência pura onde um eixo vertical é construído. A fim de que essa escada e sua conexão não se quebrem, cada degrau, isto é, cada detalhe da estrutura performativa deve ser realizado com o esmero da qualidade artesanal. (KROSIGK, s/d, p. 60).

Dentro desse trabalho ‘artesanal’ também podemos considerar *o ofício alquímico de transformação de si*, que mediante as práticas do *cuidado de si*, dão conta do processo de *autoconhecimento* e permitem-nos acessar as nossas capacidades criativas. Surpreendem-nos pelo fato de não sabermos da existência dessas capacidades, mas muitas vezes, o que faltava era permitir que o contato acontecesse e, na maioria das vezes, é só ficar em *silêncio*, *consciente* do corpo e em *presença relaxada*, para a conexão acontecer.

Com o princípio da *verticalidade*, Grotowski abre as portas das dimensões espirituais que podemos acessar em ‘estado de presença’ no corpo. “O corpo-vida é nosso eu autêntico, livre de bloqueios, e forma uma conexão direta com o que Grotowski denominará, mais tarde, corpo da essência.” (SLOWIAK, 2013, p. 108).

Pelo caminho de observação e de dissolução das tensões através do relaxamento, permitindo o ‘aflorar’ de nossa ‘essência’, foi traçado o trajeto das experiências práticas que embasam a presente pesquisa. Entramos agora nos relatos das oficinas que se desenharam

como ‘viagens’ que conduziram até o encontro com um ‘canto’ dentro dos ‘viajantes’... Ecoando na leveza de brincar de *acordar o próprio palhaço*.

Figura 1 – Grupo CAPS durante o relaxamento com a Tigela, Salvador, 2016.



Fonte: Projeto Gerar de economia solidária.

4.3 RELATOS DAS EXPERIÊNCIAS PRÁTICAS

4.3.1 Grupo de mulheres vítimas do conflito sócio-político (Medellín - Colômbia).

Cuidarte nos ensina a curarmo-nos e a acreditar na esperança como horizonte de vida.

Alejandra Valencia⁴⁵

Dentro do contexto sócio-político colombiano, descrito na apresentação desta dissertação, insere-se um projeto liderado pela Faculdade de Artes Cênicas e a Faculdade de

⁴⁵ Coordenadora do projeto “Cuidarte”

Enfermagem da *Universidad de Antioquia*, com o apoio da prefeitura de Medellín, chamado “Cuidarte, um ato de vida para pessoas vítimas da violência sócio-política na Colômbia”. Durante o ano 2014 foram realizadas oficinas artísticas - de artes plásticas, literatura e palhaço - com pessoas vítimas da violência sócio-política, tendo como objetivo:

Favorecer os processos de reconfiguração das subjetividades das pessoas vítimas da violência sócio-política a partir da formação e vivência de estratégias artísticas para a ressignificação sensível da vida e da expressão como processo de construção de vínculos sociais e afetivos com o meio. (BUPPE, 2015).⁴⁶

A inscrição para o ciclo formativo de *Cuidarte* foi feita através de organizações de vítimas que oferecem acompanhamento profissional em matéria de direitos das pessoas vítimas da violência, além de oferecer apoio psicológico e possibilitar a articulação com outras pessoas que estejam na mesma situação, visando o empoderamento e a participação política das vítimas.

Desta forma, foi constituído um grupo de 15 mulheres provenientes de contextos socioeconômicos semelhantes, com elevados índices de pobreza agravados pelas múltiplas situações geradas pelo conflito armado na Colômbia.

Dentre as situações enfrentadas por essas mulheres, se encontrava o deslocamento forçado, pois tiveram que abandonar suas casas no campo ou na cidade devido às ameaças de grupos armados, o desaparecimento e/ou a morte de entes queridos, a violência sexual, a diminuição de mobilidade física fruto de feridas durante combates, além de profundos danos psicológicos.

O módulo de *Clown e expressão* teve uma carga horária de 32 horas divididas, ao longo de oito semanas e um encontro semanal de 4 horas com um pequeno intervalo. A idade das participantes variava entre 20 e 70 anos.

O mesmo grupo continuaria junto em todos os módulos do programa, sendo o módulo de *Clown e expressão* o primeiro deles. Nem todas as mulheres se conheciam entre si, nem conheciam as histórias umas das outras. Aventuro-me a afirmar que as relações de confiança, respeito e abertura construídas a partir da experiência com o palhaço, contribuíram para o melhor aproveitamento dos módulos seguintes, de *Literatura e saúde* e *Arteterapia*,

⁴⁶ Objetivo do projeto “Cuidarte. Un acto de vida para personas víctimas de la violencia sociopolítica”. Acervo do BUPPE. Banco Universitario de Programas y Proyectos de Extensión. Universidad de Antioquia. Tradução nossa: “Favorecer los procesos de reconfiguración de las subjetividades de las personas víctimas de la violencia sociopolítica a partir de la formación y vivencia de las estrategias artísticas para la re significación sensible de la vida y la expresión como proceso de construcción de vínculos sociales y afectivos con el medio.”

que puderam trabalhar com um grupo coeso e, portanto, com possibilidades de se aprofundar nos processos expressivos, criativos e terapêuticos desejados.

Até aquele momento, minha experiência como professora estava relacionada com oficinas de expressão corporal e jogos de improvisação que realizei com crianças e jovens em alguns projetos sociais ao longo de vários anos. Esta era, então, a minha primeira experiência como professora de palhaço, com um grupo de mulheres adultas e com as particularidades já descritas.

Por ser a ‘primeira experiência’, a condição subjacente esteve relacionada diretamente com a minha capacidade intuitiva para guiar o processo. Preparava as aulas com algum objetivo a ser alcançado, mas era o contato com o grupo naquele momento específico, que me sugeria qual o caminho mais ‘adequado’ para trabalhar. Hoje sinto que, no caso de me encontrar de novo como professora deste grupo, teria condições de fazer outras escolhas para aproveitar melhor o tempo juntas, mas estas escolhas fazem parte das descobertas e compreensões adquiridas durante o trajeto por mim percorrido, que contemplou outras experiências de vida e como professora de palhaço.

Considero importante começar este relato com um primeiro olhar sobre as características que os corpos das participantes apresentavam e que foram sugerindo algum caminho a seguir que ajustasse o processo para *acordar o próprio palhaço* às necessidades específicas deste grupo de mulheres.

Os corpos dos atravessamentos, os corpos das memórias, os corpos que falam

Na primeira parte do presente trabalho, tentei construir as bases teóricas que me ajudassem a contextualizar algumas visões sobre o corpo na relação com o poder. Se bem as condições relativas à influência dos *dispositivos do poder* sugerem certos ‘determinantes’ sobre as possibilidades de ação dos corpos, são da mesma forma, ‘determinantes’ as possibilidades de ação que os indivíduos constituem na inter-relação entre eles e com o meio; participando ativamente das dinâmicas de interação com o corpo como *território de acontecimentos* dentro do movimento contínuo de dominação e resistência, contemplando também a potencialidade de recriação e reinvenção de si mesmos e do entorno, assim como a capacidade de autodeterminação frente às escolhas sobre a própria vida – quando possível.

Em seu aspecto mais instrumental, o poder tem ‘construído’ os corpos que controla, procurando esse ‘controle’ dentro de parâmetros que permitam perpetuá-lo. As mulheres

vítimas da violência sócio-política, são também vítimas de múltiplas violências sistêmicas que recaem sobre os seus corpos. A violência de gênero e as situações de pobreza fazem parte de uma engrenagem do poder dentro do capitalismo, que procura manter o *status quo* e continua reproduzindo as mesmas estratificações e restringindo o acesso à qualidade de vida de alguns, para manter os privilégios de outros. Aproximo-me de uma primeira imagem trazida por Greiner em sua referência ao conceito de *epistemologia do sul* de Boaventura de Sousa Santos:

[...] foi preciso inventar uma emancipação social que contemplasse o que Santos identifica como ‘uma epistemologia do Sul’, entendendo o sul como uma metáfora para o sofrimento humano causado pelo capitalismo, cuja urgência maior seria ir além da teoria crítica produzida pelo Norte e sua respectiva práxis social e política. (GREINER, 2011, p. 3)

Poderíamos olhar para o conflito sócio-político colombiano através da *metáfora do sul*, identificando-o como produto das dinâmicas que o sistema reproduz e que alimenta uma guerra como *dispositivo de controle*, além de incentivar política e economicamente uma indústria rentabilíssima, como o é a indústria armamentista. O sistema continua atuando sobre uma população que apresenta um forte esvaziamento de suas forças vitais, em consequência da gravidade do conflito instaurado, debilitando da mesma forma o tecido social colombiano.

Uma segunda imagem que pode ser referida à influência do poder sobre os corpos, se encontra na reflexão que levanta Hélia Borges se referindo à Agamben e ao paradigma das subjetividades contemporâneas que o autor propõe com a *figura* do ‘muçulmano’ de Auschwitz “[...] como forma de apreensão de uma realidade traumática que incide nos corpos produzindo um estado de ausência”. (BORGES, 2009, p. 12). Há algo do muçulmano de Auschwitz em cada um de nós, como alma grupal e corpo coletivo, e algo também havia, mais especificamente, neste grupo de mulheres que experimentaram na própria pele os horrores da guerra.

A terceira imagem que introduzo refere-se a uma reflexão de Quilici sobre o processo de representação da percepção ao considerar que quando a “[...] intensidade da experiência ultrapassa completamente a capacidade de representá-la, vive-se uma situação muito desestabilizadora, que poderia ser chamada de ‘traumática’”. (QUILICI, 2015, p. 112). O autor continua sua argumentação citando Walter Benjamin, ressaltando o *emudecimento* das pessoas que voltavam do campo de batalha e não conseguiam digerir os acontecimentos vividos:

Diante da extrema violência – física, sensorial, emocional - o psiquismo não é capaz de representar o que viveu e transformar a experiência através da

linguagem. A ausência de alguma forma de representação, neste caso, pode significar o enclaustramento do indivíduo na intensidade das memórias e sensações, que ganham expressões involuntárias no corpo, tais como tiques, sintomas, etc. (QUILICI, 2015, p. 112).

A intensidade das experiências vivenciadas por estas mulheres encontra-se no limite das condições do ‘irrepresentável’, sendo de grande valia o fato de achar algumas pontes que possam conectar o ‘intolerável destas situações’ com algum tipo de linguagem que consiga *nomear* a intensidade das ‘memórias e sensações’ que estão procurando um canal para se expressar, manifestar e digerir o impacto suscitado pelo contato com a devastação da guerra.

Ao tomar estas três imagens: do *sul* como o sofrimento humano produzido pelo capitalismo e suas dinâmicas, do *muçulmano* de Auschwitz como ‘corpo ausente’ e esvaziado de forças, e do *emudecimento* frente à experiência traumática, tento contextualizar alguns dos atravessamentos dos corpos das mulheres com que comecei a trabalhar o processo para *acordar o próprio palhaço*.

Frente às consequências das vivências traumáticas, retomo a reflexão de Hélia Borges (2016) dentro da secção “Analisando o estado de saúde” do presente trabalho, ao se referir à *Língua do vivo* como a ‘língua’ que o sintoma manifesta e que o terapeuta acessa para decifrar a *produção* psíquica do outro que tenta expressar o que está estagnado e não consegue continuar o fluxo do movimento vital. Lembrando que o objetivo não é minimizar o sofrimento (como a ideia de cura), mas procurar as formas de sustentação da vitalidade do ser, que possa assumir e legitimar sua própria voz, que consiga lidar com seu sofrimento.

A visão da *língua do vivo* apoia-se na arte como canal para elaborar e dar mobilidade às forças que pulsam na necessidade de se expressar. O palhaço como estratégia expressiva procurou, então, entrar em contato com *uma* das linguagens que podiam contribuir para ampliar a *voz* que os atravessamentos das forças vitais manifestavam neste grupo de mulheres. Viabilizou espaços para assumir a ‘própria voz’, o ‘próprio corpo’, a ‘própria criação gestual’, o que contribuiu na elaboração poética das vivências traumáticas.

As artes em geral têm a capacidade de ajudar na configuração de conteúdos que precisam ser expressos, ‘doando’ forma, cor, textura, palavra, gesto... Vida. Ou seja, reconquistar a mobilidade que estivera estagnada no reino do *irrepresentável* e, por essa via, construir os espaços dentro de si que consigam *sustentar o sofrimento* implícito no ato de viver, em geral, e no contato com a guerra, particularmente. A arte do palhaço, em especial, contribui na abordagem e criação dessas linguagens e espaços de sustentabilidade, traçando um percurso de reconexão com a espontaneidade e a criatividade que residem em nosso

estado de *criança de espírito* e que permanecem conosco apesar do tempo e dos embates da vida.

Embarcadas em um veleiro

O caminho para *acordar o próprio palhaço* que eu conhecia através das minhas vivências com vários mestres e mestras, sustentava-se em trabalhos corporais e energéticos intensos. Os jogos e as dinâmicas procuravam levar o corpo para estados extracotidianos, atingindo a exaustão física, quer seja pela intensidade dos exercícios e das danças, quer pelo tempo dedicado a procurar um estado ‘dilatado’ do corpo.

Certamente, o trabalho com o grupo de mulheres deveria encontrar outros caminhos para atingir alguns estados corporais diferenciados dos ‘cotidianos’ e cabia a mim encontrar as possíveis vias para acessar esses estados, através de um processo de escuta e intuição que conseguisse articular os conhecimentos de que dispunha no momento, junto com os objetivos traçados dentro da oficina para acessar o universo do palhaço.

Este desafio me provocou o questionamento sobre o que eu, de fato, estava procurando no trabalho corporal a ser proposto. Fui percebendo que o quê me interessava realmente era uma provocação para *sensibilizar*. Como dito pelo diretor de teatro Moncho Rodriguez, “Muitas vezes trabalhamos demais o corpo e trabalhamos muito menos a alma” (RODRIGUEZ, 2015⁴⁷). Em que consistiria então este ‘trabalho da alma’ que permeia o corpo e que poderia ser levado a cabo com as mulheres?

Neste grupo específico não era *preciso* um tipo de treinamento que levasse o corpo ao limite, mas uma prática que buscasse atingir alguns níveis de consciência e conexão com o próprio corpo e com as próprias limitações, na procura de lugares de sensibilidade que conseguissem nos contatar com espaços de intimidade e subjetividade dentro de nós.

A prática corporal trabalharia, então, na via de gerar diálogos - na *língua do vivo* - com as condições corporais pré-existentes, que contavam as histórias das mulheres sobre seus sofrimentos, ausências e emudecimentos, procurando espaços que possibilitassem momentos nos quais fosse plausível sustentar a vitalidade, trabalhar a alma, mobilizar ‘os estanques’, modificar o *estado de saúde*.

Foi para mim preciso (e precioso) embarcar, junto com este grupo de mulheres, em um *veleiro* que se permitia ser levado pelos acasos e respondia com o que podia... Içando a

⁴⁷ Depoimento disponível em áudio. Informação verbal. Abril de 2015.

bandeira da importância do *encontro* humano sobre as bases do respeito, do afeto (que gera a afetação) e da leveza, avançando na direção do *acordar o próprio palhaço* e realizando descobertas sobre nós mesmas durante o percurso, convidando a energia do *espírito de criança* para dançar a própria alma.

Relato agora os momentos que desencadearam a necessidade de eleger o ‘veleiro’ como o melhor meio de transporte no trajeto vivenciado.

Do porto, olhando para o mar...

No primeiro encontro realizou-se a exposição do projeto para as mulheres inscritas. Participaram todos os professores e o pessoal administrativo do projeto *Cuidarte*, que apontaram os objetivos do trabalho e combinaram os acordos para o bom desempenho das oficinas, atentando sobre a pontualidade, a assiduidade e outras questões administrativas.

Apresentei para elas os objetivos expressivos do nosso trabalho de palhaços. Inicialmente percebi algumas faces incrédulas, não havia muita motivação no ambiente, e uma delas finalmente falou que considerava interessante a proposta, que ela gostava dos palhaços, mas achava que não ia conseguir rir com essa dor tão grande que tinha por dentro. Um silêncio respeitoso se instalou na sala, do silêncio passou-se ao pranto da mulher e à contenção emocional de suas colegas.

Depois de um intervalo eu propus alguns exercícios e dinâmicas de apresentação e atenção, visando a integração dos professores com o pessoal administrativo e as mulheres.

Na primeira dinâmica, dispostos numa roda, cada participante falava seu nome de acordo com a premissa: “eu sou (nome), que cumprimento assim (gesto)”, fazendo um gesto qualquer. Cada vez que alguém falava seu nome e mostrava o gesto, todos repetiam a premissa, tentando decorar o nome e o gesto de cada um. Depois de todos terem se apresentado, alguém começava dizendo “eu sou (nome) que cumprimento assim (gesto), e cumprimento a (nome de outra pessoa) que cumprimenta assim (gesto da pessoa à qual cumprimenta)”. Assim se sucediam os cumprimentos com nomes e gestos entre todos.

Esta dinâmica precisou da atenção e concentração dos participantes. Pelo fato de ter que sincronizar a fala com a criação do próprio gesto e ainda, decorar os nomes e gestos dos colegas, os participantes entraram na emoção do jogo que nos conecta com o *presente* e com o *prazer* que reside no fato de brincar. A *suspensão* do tempo e do espaço que o jogo permite,

além de certo estranhamento com a potencialidade de ‘desajustar’ o senso do cotidiano, manifestaram nos corpos seus efeitos e *afetos*.

Passados dez minutos de brincadeiras, a atmosfera havia se modificado totalmente. E **E.**, a mulher que tinha falado antes, estava com os seus olhos brilhantes, com o olhar límpido de uma criança. Quando esquecia o nome ou gesto de algum colega, perguntava com riso nervoso, era evidente seu empenho por cumprimentar corretamente aos outros e não conseguia disfarçar a alegria que sentia quando acertava. Desde esse dia não faltou a nenhum dos nossos encontros e sempre falava do bem-estar que representava para ela esse espaço de criação e brincadeira, que até as relações dentro da sua casa, com a sua família estavam ficando mais leves, mais tranquilas, modificadas por seu estado anímico.

Na semana seguinte foi nosso segundo encontro de trabalho. Depois da primeira exposição eu tinha ficado muito comovida pela colocação de **E.** e, apesar de ter observado a modificação do seu estado anímico em um tempo tão curto, ainda sentia certo receio sobre como as propostas de trabalho seriam recebidas pelo grupo em geral.

Decidi começar com uma roda de conversa com o intuito de captar melhor qual o conceito que o grupo tinha sobre o ‘palhaço’. Uma primeira intervenção se referiu à ideia de achar difícil o trabalho do palhaço, pelo fato de ‘ter que’ se mostrar alegre, mesmo sem sentir essa alegria, mesmo triste ou preocupado. Sob o ‘efeito dominó’, a maioria das intervenções ressaltou a mesma impressão. Esta foi para mim uma resposta totalmente inesperada e o que mais chamou a minha atenção foi a capacidade destas mulheres de se conectarem com o sofrimento do *outro*, como um caminho tantas vezes por elas recorrido. Elas não se referiram à personagem palhaço, mas à humanidade que existia por trás dela.

Minha primeira colocação tentou ‘enquadrar’ o processo que começaríamos, estabelecendo algumas diferenças com a imagem que o grupo tinha sobre os palhaços tradicionais, para apresentar a *outra* proposta para *acordar o próprio palhaço* dentro da procura da conexão consigo mesma, com o corpo, as emoções e sensações de cada uma, com nossas companheiras e o entorno.

Olhando da perspectiva do momento em que escrevo este trabalho, percebo um grande sentimento de *empatia* que se tornou evidente durante o desenvolvimento da oficina. A *empatia* segundo a pesquisa de Brené Brown (2013) é se conectar com o sentimento que alguém está experimentando e não com o acontecimento ou a circunstância. Esta potencialidade sensível estava muito presente no grupo de mulheres, acredito que estimulada pelas próprias histórias de vida e pelas histórias de outras pessoas em condições similares, dentro dos grupos de vítimas. Uma delas identificava as vivências coletivas como um dos

fatores que as ajudava a superar as situações traumáticas que tinham vivenciado. “A dor de vítima se carrega em grupo. Se a gente ficar sozinha, morre aí mesmo” (Informação verbal)⁴⁸.

As mulheres aceitaram o convite da viagem, embarcaram no *veleiro*, e eu fui convidada também a compartilhar a empatia que faz parte do antídoto contra a vergonha que insiste em isolar-nos, tirando o nosso direito de *conexão*, pertencimento e amor, de aceitação de nossa vulnerabilidade. Eu, na qualidade de facilitadora do processo para *acordar o próprio palhaço*, devia me dispor inteiramente ao campo afetável, e afetivo, em relação às mulheres e suas vivências para conseguir, de uma forma sensível, acompanhar os seus processos, descobertas e necessidades ao longo da experiência. Lá estava eu, recebendo uma por uma as mulheres a bordo do *veleiro* e entregando para elas os coletes salva-vidas (caso fossem necessários) para entrar no fluxo dos ventos sobre as águas do mar.

Destaco aqui o fato de todas sermos mulheres como outra circunstância que facilitou, inicialmente, a comunicação e os vínculos, com um grande potencial para a abertura, a proximidade e a cumplicidade, resultado das múltiplas sinergias que se estabelecem quando um grupo de mulheres se reúne. Tenho vivenciado e acredito profundamente na força de cura que a união do feminino, com base no carinho e no cuidado pode gerar, e considero que essa força pode se ligar à potencialidade criativa e expressiva que o palhaço oferece. Uma combinação que, pude observar, provoca profundos movimentos, libertações, catarses e clarezas.

Algumas práticas com o grupo de mulheres na Colômbia estiveram permeadas pelo contato com o feminino que ritualiza os encontros, procurando vínculos e ações que dinamizassem a energia do coletivo focada sobre algum objetivo. Entre as informações que íamos compartilhando entre todas, surgiam constantemente apelos à dimensão espiritual e energética com as quais elas estavam bem familiarizadas. Em pouco tempo de conversa se davam receitas de ervas para banhos de limpeza, harmonização energética e cura de diversas doenças, além de compartilhar sonhos e outras experiências sensoriais.

Com esta abertura, depois de alguns encontros, decidi levar uma vela para ser acesa por alguma das participantes, com o objetivo de que cada uma de nós mentalizasse um propósito para o encontro de cada dia. Ao final, outra participante apagava a vela e, todas nós, pensávamos em alguma intenção que quiséssemos entregar ao fogo para sua transmutação. Uma ação desta simplicidade adquiriu uma dimensão dentro do universo simbólico dos encontros, gerando nelas uma apropriação do espaço, do ritual e promovendo uma prática de

⁴⁸ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “La pena por víctima se lleva en grupo. Uno se queda solo ahí y ya murió uno aquí.”

concentração e segurança, empoderando sua capacidade de modificar sua atmosfera energética a partir da intencionalidade dos pensamentos.

Durante o tempo em que estive morando em Salvador, tive a oportunidade de participar de algumas vivências promovidas por Felícia de Castro com a pesquisa “Palhaças, Bem Vindas Sois Vós”⁴⁹, que a artista desenvolve, gerando criações artísticas e cursos de palhaçaria pessoal alinhadas ao sagrado feminino, dentro de uma investigação sobre comicidade feminina. As experiências foram muitas e profundamente transformadoras, cheias de descobertas pessoais e artísticas, rodeadas da generosidade e irmandade que se estabelece entre as mulheres que caminham juntas na via do autoconhecimento, da autoaceitação, da criação e da cura. O que começou com uma prática intuitiva na Colômbia, encontrou ressonância no trabalho desenvolvido por Felícia, nutrindo a consciência sobre a ‘ritualidade’ dentro de minha proposta pedagógica.

A bombordo e a estibordo... A carta náutica

Cada mar é diferente. Assim que, cada decisão tomada para a navegação deve estar em concordância com o clima, as condições atmosféricas, a lua, a velocidade dos ventos, a tripulação do navio... Cada carta náutica deve ser desenhada de acordo com as particularidades que as condições naturais e humanas permitem para coordenar as variáveis a serviço da viagem desejada.

O nosso segundo encontro de trabalho foi determinante para identificar, em termos gerais, qual poderia ser a dinâmica da oficina. Cada encontro procurou manter uma mesma estrutura básica que consistia em: uma roda de abertura do trabalho com um pequeno ‘espaço de palavra’ em que se explicitava o objetivo do encontro e se compartilhavam experiências; exercícios de aquecimento para preparar o corpo para o trabalho; dinâmicas de presença e prontidão; jogos de palhaços e improvisações; relaxamento; ‘espaço de palavra’ final e encerramento.

No meu ‘diário de bordo’ ficou registrado que depois do segundo encontro de trabalho me deparei com uma forte enxaqueca que me obrigou a descer pela escotilha, até a bodega do *veleiro* onde aguardei com bastante mal-estar e em completa escuridão, pela restauração do meu *estado de saúde*. Foi preciso convocar um conselho extraordinário com

⁴⁹ Disponível em: <http://palhacasmvindassoisvos.blogspot.com.br/> Acesso em: 18 fev. 2017.

minha mestra de Reiki, com a intenção de diagnosticar qual a *língua do vivo* que o sintoma estava manifestando.

A conclusão - depois de várias observações, análises e silêncios - foi que além das minhas tensões e preocupações pela receptividade que o grupo teria frente à proposta, uma grande quantidade de energia das histórias de vida das mulheres tinha se mobilizado e que eu estava despreparada para lidar com elas.

Corroborei meu estado de vulnerabilidade e de conexão vibrátil com o grupo, agora precisava dar o ‘giro’ sobre essas condições, para conseguir sustentar minha própria vitalidade durante o processo que começava e que se abriria para as outras mulheres, acompanhando-as nos seus caminhos.

Aprimorei minha preparação prévia aos encontros com o grupo. Cuidei da minha alimentação, do meu sono e realizei disciplinadamente minha prática de meditação Zen, adicionando outro exercício de meditação em movimento chamado Kinhin, que consiste em caminhar muito lentamente, observando a respiração e o estado da mente. Também realizei os exercícios preparativos do Aikido (Aiki Taiso) e algumas visualizações do Reiki. Estas práticas contribuíram muito para que eu conseguisse me manter no meu ‘centro energético’ e pudesse lidar com os acasos que iam surgindo durante os encontros.

Os ‘espaços de palavra’ me ajudaram a perceber, no começo, a disponibilidade do grupo para o trabalho, pois era o momento para que elas falassem um pouco de como se sentiam depois da semana que tinha passado, se queriam compartilhar experiências ou até se dentre as atividades ou vivências do encontro anterior, algo tinha reverberado nelas durante a semana. Quase sempre durante esses espaços iniciais, as participantes valorizavam o bem-estar que representava para elas o fato de nos encontrarmos e compartilharmos as vivências do palhaço, “Depois de uma semana pesada, é muito bom vir pra cá” (Informação verbal)⁵⁰, “Eu mal posso esperar o sábado chegar” (Informação verbal)⁵¹.

Elas *recordavam* para todas nós, a *intencionalidade* do nosso encontro em um ato de gratidão pela presença do coletivo. Além disso, compartilhavam informações do “Movimento de Vítimas”, convidavam as colegas para os eventos de reconstrução de memórias e de reconciliação. Os espaços de palavra também adquiriram a conotação de posicionamento político. Depois das questões políticas serem colocadas, eu falava para as tripulantes do

⁵⁰ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “Después de una semana pesada, es muy rico venir aquí”.

⁵¹ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “Yo no veo la hora de que el sábado llegue”.

veleiro: “vamos brincar?”, convidando-as para avançar na procura dos ‘ventos’ que nos levariam a ‘pentear’ o mar.

Também era o momento para que expressassem se sentiam alguma dor em especial ou alguma limitação particular para o trabalho, com o objetivo de cuidar das dinâmicas corporais propostas, para não gerar lesões maiores. Durante os exercícios sempre as lembrava da importância de fazer até onde o corpo permitisse, pois a intenção, também, era identificar os próprios limites com um olhar cuidadoso e amoroso e brincar com o corpo e suas possibilidades.

O espaço aberto ao final ajudava a perceber como tinha sido recebido o trabalho realizado. Era o momento para quem quisesse compartilhar alguma questão com o grupo. Os espaços de palavra serviram como ‘indicador’ de uma mudança na qualidade da comunicação de algumas das participantes. Várias das mulheres que se mostravam muito caladas e retraídas no início dos encontros foram se abrindo para a palavra “Eu aqui aprendi a enfrentar as pessoas, eu não era capaz de falar em público” (Informação verbal)⁵².

Esses espaços representaram para mim a necessidade da escuta aberta e presente, para conseguir captar os rumos que o grupo ia tomando, tendo a *provocação sensibilizante* como melhor aliada. Um dia, uma participante colocou sua timidez como um assunto que a incomodava no momento de brincar. Para o encontro seguinte, preparei algumas dinâmicas que podiam ajudar a soltar algumas resistências para entrar na confiança, como “o cego e o guia” em que um cuida e conduz pelo espaço ao outro que tem os olhos fechados, ou o “paredão do amor” em que o grupo faz duas fileiras frente a frente, e uma por uma, passam pelo ‘paredão’ para receber palavras carinhosas, elogios e aplausos. Estas dinâmicas ajudaram, em grande medida, à criação do ambiente de confiança, respeito e afeto, a bordo do *veleiro*.

Durante os momentos de relaxamento através do som da Tigela Tibetana, também fizemos contato com experiências de vulnerabilidade. Algumas das mulheres expressaram em várias ocasiões um jorrar de imagens que surgiram como efeito da escuta do som.

Mesmo que o ‘rastreio’ das imagens do inconsciente seja um trabalho de alta complexidade, achei curioso que durante os dias em que as brincadeiras mais remeteram à infância, durante o relaxamento com a Tigela as mulheres manifestaram algumas imagens ‘ancestrais’ e ‘primordiais’. Imagens referentes a espaços amplos e iluminados que traziam sensações de tranquilidade; se viam atravessando florestas espessas; observavam figuras

⁵² Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “Yo aqui aprendi a enfrentar la gente, yo no era capaz de hablar en público.”

geométricas em movimento; uma delas descreveu que tinha visto muitas caras de indígenas; outras falaram de várias experiências sensoriais de vibração do corpo, mudanças de temperatura e percepção, sensação de sair do corpo.

Tivemos também o relato de uma delas que disse que experimentava uma grande tristeza, pois sentia que se comunicava com seu filho desaparecido, razão pela qual não gostava de participar do relaxamento com a Tigela, questão que eu respeitava e abria a possibilidade para ela sair do espaço enquanto realizávamos o relaxamento, ou mesmo ficar na sala, mas sem fechar os olhos.

Este grupo de mulheres, em especial, atravessou – e atravessa - várias situações muito complexas. A guerra é uma vivência de extrema vulnerabilidade, todos os implicados experimentam essa sensação, e paradoxalmente, não podem se mostrar vulneráveis porque na lógica da guerra, quem é mais vulnerável, ‘perde’.

Desta forma, tirar a vulnerabilidade do contexto conhecido para convertê-la em potência criativa e em experiência de amplitude, conexão e solidariedade, poderia convidar a refletir sobre a vulnerabilidade como ato de resiliência, “[...] que é a nossa capacidade de recuperarmos rapidamente de um revés ou de nos adaptarmos a uma mudança.” (BROWN, 2013, p. 48). Encontrando na própria vulnerabilidade a afirmação da vida em sua dimensão sensível, uma delas colocou: “O palhaço pode estar na pior situação, frente a isso, é aceitar e brincar a vida” (Informação verbal)⁵³.

E., a mulher que tinha se expressado no primeiro dia do encontro, compartilhou sua experiência final dizendo: “Eu dizia que não era capaz. Como vocês me viram chorar, agora me veem rir” (Informação verbal)⁵⁴. Seu riso nasceu e renasceu várias vezes durante os encontros. Em sua animação infantil para os jogos somente lhe faltava ‘pular’ de alegria. Seu sorriso constante, seus olhos brilhantes e seu corpo expectante ajudavam a entrever uma das características de sua palhaça: a do prazer de brincar. Durante o momento de experimentar com figurinos, um ‘tutu’ de bailarina encaixou perfeitamente em suas necessidades, o *veleiro* foi apresentado com uma das bailarinas de balé mais incansáveis, que dançava de proa a popa e, às vezes, compartilhava seus ‘boleros’ com a voz ‘desentoada’ mais alegre e brincalhona do *veleiro*.

Os exercícios de aquecimento geralmente têm como objetivo preparar o corpo, ‘aquecer’ os canais através dos quais a energia criativa será veiculada. Procuram também

⁵³ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “El payaso puedo estar en la inmundia, frente a eso la aceptación y jugar la vida”.

⁵⁴ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “Yo decía que no era capaz. Como me vieron llorar ya me ven reír”.

encontrar outras qualidades de relação com o corpo, diferentes das experimentadas cotidianamente, trabalhando a consciência corporal ancorada no momento presente.

As condições físicas do grupo chegaram como ventos alísios, que possibilitaram encontrar outros caminhos para acessar a sensibilidade corporal. Dentro do rumo do *veleiro*, a escolha feita foram alguns exercícios de respiração tomados da Yoga e a automassagem Do-in⁵⁵ que, na minha experiência, gera uma forma de se relacionar com o próprio corpo mediante o toque, a pressão em pontos dos meridianos energéticos e a massagem e que permite tanto identificar dores em lugares que refletem a ausência ou o excesso de energia nos órgãos, quanto descongestionar zonas com energias condensadas.

Considereei essa técnica muito valiosa, por promover o contato das mulheres com seus corpos em um contexto de cuidado e procura pelo bem-estar e a saúde. Durante o tempo que estávamos aplicando-a, elas relatavam o que estavam sentindo com as pressões e os toques, atentando para as dores, desconfortos e alívios que a massagem tornava visíveis. Dessa forma a *bússola* apontava para a proximidade com certa consciência sobre o estado do corpo que, além de ser benéfica para o autocuidado das mulheres, também se revertia no começo da construção de pontes que conectassem o que sentiam com o que comunicavam a partir desse sentir.

Outro tipo de massagem sugeriu uma forma diferenciada de contato. O “trem do carinho”, como foi nomeado por elas, consistia numa roda em que uma oferecia uma massagem à companheira que estava na frente, e ao mesmo tempo recebia a massagem da companheira que estava atrás. Elas gostavam de aproveitar esse momento para fazer piadas – muitas vezes com conteúdos sexuais - reforçando o espaço de cumplicidade e descontração. As dinâmicas de presença e prontidão pretenderam acordar o espírito de jogo e conectar cada vez mais a ação com a reação, com o intuito de estimular as respostas espontâneas do corpo, para entrar no *estado de brincadeira e prazer* próprio do processo para *acordar o próprio palhaço*.

Um jogo que dinamizou e que estimulou as respostas espontâneas das participantes consistia em andar em várias direções pelo espaço, com uma qualidade ‘enérgica’ de caminhar, com a atenção focada em preencher o espaço equilibradamente e em escutar as perguntas que eu ia formulando. As participantes deviam *gritar forte* e em uníssono a própria resposta às perguntas simples como “qual a sua cor preferida?”... “Qual o nome da sua

⁵⁵ Do-in é uma técnica baseada nos princípios da Medicina Tradicional Chinesa, que consiste na aplicação da auto massagem feita com os dedos em pontos determinados tendo como base os meridianos do corpo.

mãe?”... “Qual a sua comida favorita?”... “Qual o nome de uma ou um amigo querido?”... “Onde você nasceu?”

Este jogo, de grande simplicidade, resultou ser de intenso prazer para elas, eu conseguia notar facilmente pelo riso aberto, pela respiração agitada, o olhar brilhante, a *força* do grito... Arrisco dizer que o fato de dispor a própria fisionomia no ato do *grito*, na força da ação de gritar, mobilizou a vontade de explodir aquele ‘grito calado’ e emudecido pela guerra e pelas dinâmicas de poder, que a ludicidade conseguiu deslocar em um ato ‘psicomágico’ de libertação.

Outros jogos trabalharam na via de encarar e aproveitar as oportunidades que o fato de ‘ter o foco’, de estar sendo observada com atenção, representava. O jogo das “marinheiras do *veleiro*” introduzia situações que as marinheiras deviam representar conjuntamente: levantar âncoras, içar velas, jogar a rede de pesca, de repente uma tempestade fazia com que as marinheiras precisassem sair do *veleiro* em botes de *x* número de pessoas. Às vezes uma pessoa ficava fora dos botes, ficava ‘no foco’ de todas. Inicialmente devia elaborar e manifestar a emoção que estava sentindo, olhando para as ‘companheiras’ que tinham lhe deixado *à deriva*. Uma das marinheiras, **S.**, nos surpreendeu com sua reação: olhou para todas com uma mescla de desilusão e orgulho e, aproveitando ‘o foco’, nos presenteou com uma ‘música de fossa’, dessas de ‘rasgar’ o coração, em uma interpretação cheia de sentimento que conseguiu nos arrepiar.

Algumas brincadeiras que precisavam de concentração para dar certo - e nas quais, o que realmente se buscava era fazer com que as participantes errassem - serviam para revelar as *courças* que apareciam inconscientemente, ao perceberem que estavam atuando de forma diferente da indicada.

O jogo do “Elefante, girafa e polvo” servia muito para tais fins. Consiste em ilustrar em grupos de três os códigos combinados para cada animal: sob a pressão do tempo, uma pessoa se localiza no centro da roda e vai comandando a representação dos animais, em um ritmo acelerado. A pessoa que está no centro da roda aponta para uma pessoa na roda falando o nome de um dos três animais (elefante, girafa ou polvo), a pessoa que foi apontada deve representar o código da cabeça do animal indicado e as pessoas que estão à sua esquerda e direita devem realizar o código combinado para as patas ou os tentáculos do animal indicado. Este jogo permitiu um trabalho coletivo que requeria prontidão e atenção e foi introduzido em vários momentos do encontro para convocar o estado de presença.

Constantemente eu sinalizava para elas os gestos que surgiam com a intenção de que elas conseguissem compreender a comicidade que o corpo expressava espontaneamente e que

fazia parte do seu ‘repertório’ de reações únicas e singulares. Assim, iam-se construindo pequenas ‘partituras’ corporais que cada uma podia integrar conscientemente ao seu corpo-palhaço.

Dentro da ‘revelação’ das couraças se entrevia o surgimento das manifestações vulneráveis do corpo que se fazem incontroláveis frente ao *fracasso* do que não conseguimos fazer ‘corretamente’. Gradativamente fomos conquistando espaços para a expressão mais livre e espontânea, que ajudaram a avançar na via da superação de um dos grandes desafios, o da *vergonha*. Esta, pode ser enfraquecida ao *recordar* (passar de novo pelo coração) que não estamos sós e que nada do que somos pode tirar o nosso direito ao pertencimento, amor e aceitação.

Observo que parte do sentimento de vergonha percebido em seus corpos e seus gestos pode responder, também, a diversas relações com o corpo dentro do contexto sociocultural de proveniência de algumas das mulheres. Muitas delas tiveram contato durante a infância com áreas rurais da cidade, ou mesmo com o campo e as práticas da vida agrícola, tempos antes do deslocamento forçado. Estas condições configuram uma tendência à corporalidade que ‘fala’ da simplicidade, da modéstia, da humildade.

Somado a isso, a ampla influência da religião católica nesta zona do território colombiano⁵⁶, têm ‘construído’ uma forma de se relacionar com o corpo, rodeada de um manto de moralidade, escuridão, tabu e receio, de pouca proximidade e confiança, muito mais se tratando de corpos femininos. Encontramos, então, outros ‘vetores’ que podem atuar sobre os corpos e gerar um distanciamento da relação natural com ele, e o ato do brincar carrega a potencialidade de rememorar o campo de intensidade e vibratibilidade ao que se refere Stern no seu estudo sobre o “senso do eu emergente”, relatado por Hélia Borges.

Os ventos contra-alísios também fizeram parte da nossa viagem. Respeitando as manifestações do sentir das participantes e de sua liberdade de escolha, foi acolhida a “não vontade” de participar dos jogos. Durante os encontros, algumas delas se sentavam argumentando cansaço, dor ou preguiça. Estar observando também era uma forma de participar, de estar junto, de vibrar. Considerei importante gerar a receptividade para o que a *outra* estivesse disposta a arriscar – ou não – dentro do processo.

Em ocasiões pude perceber o desfrute das observadoras se espelhando no jogo das companheiras. Em outras, consegui perceber também o tédio gerado por certas dinâmicas, em algumas das destinatárias, ‘delatadas’ pela disposição apática do corpo, quase arrastando os

⁵⁶ O Departamento de Antioquia. A divisão por “Departamentos” na Colômbia, corresponde à divisão por “Estados” do Brasil.

pés durante as ‘andanças’ pelo espaço, com olhar desinteressado e com a mínima disposição energética. O que me faz refletir sobre as nuances dos níveis de afetação atingidos que se relacionam diretamente com a qualidade do engajamento no processo de quem o vivencia. Também considero que nem todas as atividades são as certas para todo mundo, existem pessoas que se conectam com esta proposta de viagem, e outras, com outras propostas, de outras viagens, ou com a viagem interior, ou com a não viagem... Estamos feitos de tantas coisas, e respondemos a tantas mutabilidades, que *como falo uma coisa hoje, amanhã falo outra...*

Reforço aqui, então, que esta pesquisa simplesmente aporta *um* olhar sobre o processo para *acordar o próprio palhaço*, compreendendo que são tão variadas as rotas de acesso, quanto a quantidade de particularidades que nos povoam. As receitas – só às vezes – funcionam na cozinha...

Quais as brincadeiras de um palhaço num veleiro?

Os jogos e as improvisações para se aproximar do universo do palhaço buscaram encontrar as vias de acesso aos aspectos mais risíveis da personalidade, reconhecendo a potencialidade expressiva que reside na própria vulnerabilidade e encorajando a permissão para que a própria lógica de ação e reação emergja do *corpo em estado de palhaço*.

Dentro da ampla diversidade de pedagogias para *acordar o próprio palhaço*, existe uma tendência fortemente criticada por Santos e Lazzari (2009) a partir da qual, “Muitos professores utilizam estratégias didáticas baseadas em uma tortura psicológica do aprendiz para atingir o ridículo necessário para a descoberta do seu próprio clown [...]” (SANTOS e LAZZARI, 2009, p. 43). Por exemplo, alguns professores optam por estabelecer relações marcadamente hierárquicas e opressoras, chegando ao extremo da humilhação dos estudantes através de referências incômodas às características físicas, insultos, ordens impositivas ou ‘utilização’ de informações sensíveis sobre o estudante em momentos determinados, procurando atingir níveis de vulnerabilidade e contato com o ridículo.

Concordo com a crítica dos autores, na medida em que essas estratégias fazem com que o estudante entre em um processo de retraimento que pode travar seu desenvolvimento criativo, tirando o prazer do jogo que o *acordar o próprio palhaço* traz consigo.

Na minha perspectiva, em nenhuma medida é necessário nem produtivo abordar o processo para *acordar o próprio palhaço* por estes meios. Aliás, considero-a incongruente do ponto de vista filosófico e ético, pois o facilitador precisa assumir a responsabilidade pela sensibilidade que está sendo entregue em suas mãos, sensibilidade que tem as dimensões de uma criança muito delicada e até ferida, que merece todo nosso cuidado e carinho.

Uma das participantes expressou: “Aqui vivemos, rimos, somos importantes” (Informação verbal)⁵⁷. Por isso, minha escolha é a afetividade, o respeito e a leveza - em contraponto com a “tortura psicológica” como metodologia - perante o universo sensível que vai se desvendando em sua fragilidade e potência.

Como via para encontrar as características risíveis de cada uma, recorri a brincadeiras de criança bem simples. Várias das mestras e mestres com que tenho trabalhado utilizam-se dessas brincadeiras para introduzir o estado de jogo focado no *prazer de brincar*, entre elas Ângela de Castro, Pepa Plana, Caroline Dream e Antón Valén.

A escolha pelas brincadeiras infantis esteve guiada pela necessidade de me aproximar dos referenciais que faziam parte do imaginário das participantes e, portanto, das suas memórias corporais, o que implicava respostas aos estímulos oferecidos sem precisar de grande elaboração. A minha vontade era entrar em contato com o *prazer* do jogo daquelas mulheres, que as conectava com seu *estado de presença* e abriam-se em comunicação com as *outras* e, dessa forma, ficavam expostas à vulnerabilidade que dava conta dos atravessamentos que podiam se expressar em uma linguagem para ser aproveitada pelo palhaço.

O tempo urgia para chegar rapidamente ao estado de jogo próprio do brincar do palhaço, e a abordagem por outras vias precisaria de uma disponibilidade de tempo e uma exigência corporal muito maior. As decisões deviam-se ajustar à quantidade de variáveis que demandavam atenção, para tirar o melhor proveito das condições de que dispúnhamos.

Nem todas as brincadeiras infantis foram as escolhas certas. Ressalto dois jogos que precisavam de uma concentração e dissociação especiais, que resultaram complexos para o grupo e tive que trocá-los por outras mais simples, e refinar novamente a sutileza na percepção do que o grupo precisava e estava em condições de desenvolver. Exponho uma delas que foi o jogo de se “cumprimentar com os nomes” que consistia em que cada uma dava o nome da sua mãe à mão esquerda e o nome do seu pai à mão direita. Entre o grupo se cumprimentavam, a primeira vez que se cumprimentavam davam o nome da sua mãe ou do

⁵⁷ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução livre “Aqui vivimos, reímos, somos importantes.”

seu pai (dependendo da mão com que cumprimentaram), e adotavam o novo nome com que a colega cumprimentou, quando os mesmos nomes se encontravam, se anulava a mão.

Uma brincadeira acertada foi o “gato e rato invertido”. Várias duplas se espalharam pelo espaço de mãos dadas. Escolhemos quem era o gato e quem o rato. A indicação era que o gato mostrasse seu jeito de ser gato, ou seja, a gestualidade do caçador à espreita; o rato vai descobrindo espontaneamente a gestualidade do medo de ser caçado e da necessidade de fugir, o rato representava o corpo em estado de vulnerabilidade. Procuramos pesquisar como era o ‘eu gato’ e o ‘eu rato’. A situação ficava mais complexa quando o rato, cansado de fugir, pegava na mão de uma das pessoas das duplas espalhadas pelo espaço. A outra pessoa da dupla saía como gato, e quem estava sendo gato, passava a ser rato.

Durante o desenvolvimento da brincadeira, dentro do ambiente de nervosa euforia, fomos percebendo as reações que surgiam livremente do corpo e que correspondiam à gestualidade de uma criança em situação de brincadeira, como a ativação de uma ‘memória da infância’ que tomava de volta o corpo da mulher adulta. Por momentos percebia que o jogo ia ficando ansioso, nesses momentos intervinha lembrando para elas que o objetivo não era “caçar e ser caçado”, o objetivo era brincar e desfrutar da brincadeira e do fato de “estar no foco” como cultivo do estado de jogo, com a alegria de se expor e afirmar ‘quem se é’ frente aos outros. Novamente eu ia apontando para elas os gestos específicos que surgiam da sua própria corporalidade: jeitos engraçados de reagir, gritos de susto, movimentos involuntários, risos nervosos, caçadoras infalíveis, gatos preguiçosos...

Em um dos encontros a dinâmica consistia em que elas sugerissem as brincadeiras, o que implicou em um esforço a mais para lembrá-las, e com isso, a expressão nos corpos da timidez infantil, dos olhares e atitudes de criança, junto com o prazer de comunicar para as colegas as regras do jogo. Desenhavam-se os perfis das crianças que, mesmo tendo atravessado inúmeras situações dolorosas, apareciam como se nada houvesse se modificado dentro delas. Na maioria das mulheres esse paraíso privilegiado da infância continuava intocado, livre.

Observei que a expressão do ‘prazer infantil de brincar’ desabrochava ao compartilhar as brincadeiras coletivas em rodas e equipes. Creio que o instinto gregário, além de ser uma experiência da espécie humana, pode se referir também às histórias de vida das mulheres, pois geralmente às gerações que a maioria delas pertencia e dentro do contexto rural, é costume ter famílias numerosas e conviver com a ‘família extensa’ de primos, tios e avós, assim que as brincadeiras grupais podiam ativar também as memórias familiares e comunitárias.

As brincadeiras infantis conseguiram abrir com maior contundência o caminho até o estado de jogo do palhaço, sendo cada vez mais fácil e rápido acessá-lo. Na procura do *corpo em estado de palhaço*, brincadeiras como a roda do “ridículo compartilhado” fizeram surgir outras qualidades expressivas dentro do ridículo e do grotesco. O jogo consistia em que alguém se localizava no centro da roda e realizava um gesto muito ridículo, passava na frente de todas as participantes, presenteando-as com seu gesto ridículo. Ficava na frente de uma delas, e a ‘escolhida’ devia copiar o gesto e continuar caminhando juntas e compartilhando com as colegas. Depois a primeira ridícula ficava na roda e a segunda ridícula transformava o gesto para uma proposta própria, repetindo o procedimento.

Resultava para mim evidente o prazer e a sensação de liberdade das mulheres engajadas no processo, os corpos se mostravam mais descontraídos, e elas aproveitavam suas características para produzir o riso das colegas. Durante este jogo, uma das participantes que apresentava uma condição de paraplegia - mobilizava-se em cadeira de rodas, pois tinha sido atingida por uma bala perdida durante um combate entre facções no seu bairro - manifestou que, por conta da energia e do prazer de participar e assistir ao jogo de suas colegas estava sentindo um formigamento e uma vibração nas suas pernas...

Frente a essa declaração todas nós ficamos profundamente tocadas e emocionadas. Um processo de *cura* pode ser coletivo, pois é no contato com a alteridade e na geração de forças, espaços e proximidades, que muitas vezes conseguimos superar obstáculos pessoais. E não se entende aqui esse processo de cura como o fato de que essa mulher possa caminhar de novo, mas ao acordar uma sensibilidade nas suas pernas, e ao ampliar o campo de visão e percepção sobre si mesma, revisitando sua situação a partir de outro lugar, com outro sentir, pode ajudar a *curar* feridas emocionais. A recriação de si mesma em alguma perspectiva, redescobrimo capacidades sensíveis, modificaram certa condição do seu *estado de saúde*.

Um jogo bastante utilizado para encontrar nuances da expressão emocional dos palhaços, é o da “gradação das emoções”. Cinco participantes ficavam sentadas frente à plateia em fileira. Junto com a plateia se escolhia uma emoção que devia começar muito sutilmente na primeira participante e aumentava a expressão da emoção gradativamente até chegar à última participante no extremo da exageração da emoção, para voltar a descer desde o exagero até a sutil anunciação.

Este jogo teve a capacidade de gerar uma forte sensação de cumplicidade no grupo, que justamente se evidenciou na emoção do ‘tesão’. A picardia se instalou na sala, as mulheres se olhavam entre elas com cara de travessas. Uma das participantes, **M.**, durante o jogo, passava rapidamente ao grotesco com seus movimentos de olhos, língua e corpo,

gerando nas suas colegas desde um riso tímido até certo estranhamento. Um pouco do gesto grotesco foi contornado.

Concordo com Felícia de Castro ao afirmar “Percebo que para a mulher, aceitar-se imperfeita, e entrar em contato com o ridículo e o estranho, é regenerador.” (CASTRO, 2017). Conseguimos algumas conquistas nessa via, apesar de ter sido um processo lento e que precisou da quebra de algumas barreiras de timidez, sensação de impotência, pudor e vergonha. Uma delas expressou “Pra isso existe o palhaço. Já não temos vergonha, podemos ser palhaço” (Informação verbal)⁵⁸.

O palhaço encoraja a descoberta de novas características para criar a partir da linguagem que vai se desenhando no simples fato de permitir ao corpo e à emoção se expressarem livremente, só acompanhando e sendo consciente do material que enriquece essa linguagem.

As expressões podiam abarcar desde a amplitude dos gestos, o exagero, o sentido cômico, ridículo e grotesco do corpo, até as presenças tranquilas, suaves e silenciosas como a de **A.**, para quem o fato de simplesmente ‘estar’ era suficiente para gerar a sensação de partilha, conexão e brincadeira. Ou **L.**, que com o passar dos dias descobriu em sua timidez uma potencialidade da sua palhaça que como gesto tímido começou a esticar suas roupas com a vontade de ‘desaparecer’ dentro delas e aproveitou o exagero desse gesto, levando ao limite sua timidez e o absurdo da situação.

Muitas das ‘centelhas’ da linguagem expressiva própria apareceram nos exercícios cênicos, como, por exemplo, no jogo do “grupo musical”: improvisação em que as participantes deviam mostrar o trabalho que “tinham desenvolvido por 10 anos”, e com que obtiveram “múltiplas indicações a prêmios musicais”. Neste jogo apareceram muitas das características que poderiam ser resgatadas em um processo de aprimoramento técnico e que se desdobram nas potencialidades que o *estado de jogo* pode oferecer com relação à forma como assumimos o que nos acontece.

Durante a improvisação, uma delas manifestou a vontade de impor-se ante suas colegas no momento de cantar, ampliando seus gestos e ‘invadindo’ o espaço das outras, queria o foco completamente para ela. Algumas se sentiram constrangidas, o que se evidenciou nos seus olhares perplexos e na diminuição da sua expressão corporal. Eu aproveitei a situação para sugerir que utilizassem o acaso para compor outra realidade, podiam procurar outras formas de interatuar com a ‘estrela do foco’... Foi assim que se

⁵⁸ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014.. Tradução nossa “Pa’ eso está el payaso. Ya no nos da pena, podemos ser payaso.”

manifestaram outras cantantes interpretando suas músicas com um sentimento profundo que cativava a plateia, entrando em competição com ‘a estrela’, instrumentistas ‘perdidas’ do ritmo que obtiveram o foco por atrapalhadas, e coristas zombeteiras que imitavam as cantantes. Isso tudo, numa mesma composição musical.

Figura 2 – Apresentação *Cuidarte*. “Grupo musical”, Medellín, 2014.



Fonte: Projeto Cuidarte.

Outro ‘detonante das centelhas’ foi o dia do “nascimento do palhaço”, que esteve acompanhado da experimentação com figurinos e acessórios, com a intenção de motivar o estado de brincadeira das crianças-palhaços que estavam surgindo. As sugestões que os diversos figurinos traziam consigo, possibilitou várias descobertas, além da liberdade de expressão que a máscara do nariz e o figurino permitem a partir do desmanchar da própria personalidade.

N. por exemplo, se mostrava muito tímida ao início da oficina, seu olhar divagava por vários lugares antes de responder alguma questão, e sua voz tremia quando falava em público. Lentamente fui percebendo como aumentava seu nível de engajamento nas brincadeiras, como interatuava com maior tranquilidade com suas colegas, como ‘se jogava’ nos exercícios.

Com o recurso dos figurinos, ela desenhou duas personagens: uma bailarina de flamenco e um intérprete de maracas. A bailarina dançava e caminhava com muita sensualidade, brincava com sua saia e posava para as fotos com o prazer de exhibir seus

atributos. O intérprete de maracas contrastava totalmente com a bailarina, remetia à imagem de um camponês bêbado, que encontrou nos seus gestos ridículos e no seu jeito de tocar as maracas pressionando-as sobre seus peitos, a via de acesso ao riso da plateia. Estas duas personagens foram criadas a partir das características corporais de N., com sua timidez, seu olhar disperso e seu tremor na voz; evidenciando a evolução de sua capacidade expressiva.

Figura 3 – Intérprete de maracas e bailarina de flamenco, Medellín, 2014.



Fonte: Projeto Cuidarte.

Para o dia do “nascimento do palhaço” abriu-se o convite para levar roupas que servissem de figurino. Dona **B.**, uma mulher de 70 anos, construiu sua blusa e saia costurando papel sobre sacos de linhagem. Levou um chapéu e um cesto com flores e deu para a plateia. Para mim este fato foi muito comovente, quando dona **B.** colocou à disposição do processo suas capacidades criativas, sua presença carinhosa e seu silêncio observante. Dona Blanca se remeteu ao seu imaginário de camponesa romântica, dando-se o nome de ‘camponesa

santandereana⁵⁹’, nome de um ‘pasillo’, um estilo musical colombiano, muito antigo e representativo do folclore.

Figura 4 – Camponesa santandereana. Medellín, 2014.



Fonte: Projeto Cuidarte.

A experimentação com os figurinos foi, então, uma fonte de grande criação e elaboração estética por parte das mulheres. Recriaram vários imaginários que se viram atravessados pela qualidade do jogo e da abertura para o ridículo que o palhaço possibilita. O *veleiro* adaptou-se para dispor a passarela pela qual desfilaram um monte de palhaços brincando de ‘faz de conta’ com inúmeras personagens: investigador secreto, pop star, ninja,

⁵⁹ Gentílico de pessoa proveniente do Santander. Estado do nordeste colombiano, de amplo predomínio rural.

bailarina de ventre em cadeira de rodas, pessoa com estilo punk, bruxa, fada madrinha, músicos, cantantes....

Pude constatar como o processo vivenciado conseguiu mobilizar uma grande quantidade de energia nelas contida, o prazer do brincar conseguiu realizar a *conexão* com sua vitalidade, gerando momentos de gratificante autodescoberta. O brincar de palhaço conseguiu aportar na manutenção do *estado de saúde* deste grupo de mulheres.

Chegando ao porto...

Depois desta viagem de atravessamentos, olhando do porto para o mar, embarcadas em um *veleiro*, e construindo a carta náutica junto com as brincadeiras de palhaço em alto mar, esta aventura terminou, deixando muitos aprendizados sobre a força vital feminina, sobre a capacidade criativa humana, sobre a arte da palhaçaria, sobre o ofício da professora, sobre a vida mesma, que se impõe com vigor e contundência frente às inúmeras batalhas que empreende.

Sobre o objetivo de “reconfiguração das subjetividades”, traçado dentro do projeto “Cuidarte. Um ato de vida para pessoas vítimas da violência sócio-política”, ainda que o considere bastante ambicioso, ressalto os passos que se deram nessa direção, gerando um impacto positivo no processo de ‘recomposição’ das participantes frente às vivências traumáticas.

Durante o módulo de “Clown e expressão” foi importante para mim, enquanto facilitadora, mudar a perspectiva que o termo ‘vítima’ traz consigo. A vitimização corre o risco de tirar o poder e a potência de agir perante a situação vivida, ao identificar a pessoa com a categoria de vítima que estagna o movimento e minimiza a força vital. Ao invés disso, a busca se focou no princípio do *empoderamento* que lhes permitisse recriar suas vivências a partir de um lugar diferente do da vitimização e, por essa via, ter o poder de escolha e ação que o ato criativo possibilita.

Estas mulheres não estavam inseridas como atores da guerra, mas estavam no meio do fogo cruzado e das dinâmicas que fizeram com que padecessem os embates da guerra. Eram os corpos que ficavam embaixo das camas quando fora de casa chovia fogo de um lado para o outro, com o coração na boca e a incerteza de estar vivas no segundo seguinte, sentindo-se profundamente vulneráveis. O processo para *acordar o próprio palhaço* investiu

na aproximação a essa vulnerabilidade sob outra perspectiva: a da capacidade de afetação que nutre o universo lúdico do palhaço, permitindo a recriação de si mesmas e a recuperação do *estado de saúde* como estímulo da vitalidade.

A arte permitiu *doar voz* novamente a esses corpos emudecidos, atravessados pela dor da guerra que faz crescer um grito calado. E para onde vai esse grito que se cala? O palhaço ajudou a recobrar um lugar de criação e de vida, ao permitirmo-nos experimentar com nosso corpo, nossas bobagens, nossas fragilidades, com a força criativa que reside na nossa vulnerabilidade que atravessa o contato com o outro.

Uma delas definia o processo como: “No clown, a última fase é a apresentação com o grupo. Isso tem uma elaboração técnica, este processo tem varias fases: abrir a alma, rir, crescer juntos, fazer o ridículo” (Informação verbal)⁶⁰. Com o palhaço *podemos* gerar uma força de criação e prazer a partir do que somos, recriando o contato com a beleza e a força inerentes à nossa humanidade e que têm a capacidade de superar os mais doloridos embates, para sair deles com aprendizados e reafirmações de vida.

O trabalho com este grupo de mulheres me permitiu começar a desenhar uma pedagogia que fosse síntese de tantos ensinamentos e práticas que eu havia recebido de várias mestras e mestres e do caminho sobre meus passos. Considerando o tempo e nossas possibilidades, o trabalho realizado gerou movimentos muito positivos para todas, da mesma forma que evidenciou dificuldades, limitações e questões para avaliar e melhorar, que correspondem a cada uma e à forma e aos elementos que tenhamos para elaborar e lidar com o que somos e vamos sendo.

Uma das mulheres colocou: “Mal posso esperar esse dia chegar para ver vocês. Enquanto estou aqui me esqueço dos problemas, agora brigo com meus filhos mais calmamente.” (Informação verbal)⁶¹ Com um depoimento desses posso identificar o que Hélia Borges (2016) sinaliza quando fala que não se trata de “minimizar o sofrimento como se fosse a ideia da cura”, mas sim, de um trabalho de “sustentação da vitalidade daquele ser”, mesmo em sofrimento. O objetivo do trabalho não seria que esta mulher não brigasse mais com seus filhos, mas que conseguisse sustentar esses momentos sem prejudicar sua vitalidade, que conseguisse lidar com a situação potentemente.

⁶⁰ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “En el clown la fase de culminación es la presentación con el curso. Eso tiene una elaboración técnica, este proceso tiene varias fases: abrir el alma, reírse, crecer juntos, hacer el ridículo.”

⁶¹ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “No veo la hora que se llegue este día para verlos. Mientras estoy acá se me olvidan los problemas, ya regaño a mis hijos más calmada.”

O espaço de criação ofereceu ferramentas para a manutenção do *estado de saúde* que permitiu “criar com os acasos, novos lugares para sua existência” (Borges, 2014). A aposta vital destas mulheres é em sair de um lugar que as submete, como a guerra o faz. O contato com o palhaço consistiu, com este grupo, na *renovação do pacto com a infância* que nos permite recobrar a capacidade de jogo, de nos surpreendermos com nós mesmos, que resgata o direito à vulnerabilidade, dando de volta a imagem do humano que, articulado pela sensibilidade da sutil criação a partir do corpo, dos afetos, da resistência à insensibilidade, resiste à dominação do medo, à dinâmica da morte como domínio e ao poder que não seja o próprio. Criamos e nos mostramos em cena para resistir à dominação (BORGES, 2014), para plantar a bandeira da humanidade repleta de sensibilidade e de um mundo por criar. Novamente, embora que o objetivo não seja especificamente terapêutico, mas artístico, paradoxalmente, o alcance terapêutico acontece.

Outra das mulheres participantes disse: “Aprendi a desfrutar dos meus próprios defeitos e dos defeitos dos outros com respeito, a expressar tudo o que a gente nunca expressa por vergonha, tudo foi fascinante.” (Informação verbal)⁶² Em várias ocasiões as participantes expressaram o bem-estar que o processo estava gerando com relação à possibilidade de ‘botar pra fora’ o que precisassem. Elas, particularmente, nem sempre tinham contato com espaços que lhes permitissem se perguntar sobre elas mesmas e experimentar intencionalmente o seu espaço interno, e, portanto, que lhes desse a oportunidade de descobrir a *voz* – entendida aqui como abrangência de expressão - que cada uma traz para o mundo, em sua diversidade.

Foi recorrente a referência às qualidades que se achavam escondidas nelas: “Tenho aprendido a me valorizar mais e a colocar para fora qualidades que não tinha descoberto. Sinto-me bem e tenho me liberado de algumas coisas que me agoniavam” (Informação verbal)⁶³. Outra delas colocou: “Eu creio que temos muitas qualidades e podemos formar grupos de teatro e dança, que podem nos fazer grandes. Olha como a gente foi capaz.” (Informação verbal)⁶⁴ Durante um dos dias de atividades com o figurino, surgiu, como iniciativa delas, sair da sala de aula para a rua com cartazes que diziam “Abraços grátis”. Em folhas de papel riscadas com canetas foram construídos os cartazes, e saímos do prédio até uma pequena praça. A dinâmica da ‘saída’ esteve mediada pela brincadeira, a afetuosidade e a vontade de se colocar em comum e de se expor. Aprecio este fato como indício do ‘aflorar’ de

⁶² Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “Aprendí a gozarme mis propios defectos y de los demás con respeto, a expresar todo lo que uno nunca por pena lo hace, estuvo fascinante todo.”

⁶³ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “He aprendido a valorarme más a sacar cualidades que no había descubierto. Me siento bien y me he eludido de algunas cosas que me agobiaban”

⁶⁴ Depoimento, mulher “Cuidarte” 2014. Tradução nossa “Yo creo que hay muchas cualidades y podemos formar grupos de teatro y danza, que nos pongamos grandes. Mire que si fuimos capaz.”

algumas características que precisavam ser comunicadas e compartilhadas com os outros, em um ato de afirmação de si e da vida.

O processo para *acordar o próprio palhaço* amplia o poder da simplicidade, dos gestos, dos sentimentos, das ações. Não precisa ir longe de si para ser quem ‘o seu palhaço’ é. Está tudo nele. É só respirar e permitir a expressão brotar, sem pretensões, sem cobranças, em um ato de criativa amorosidade consigo mesmo, estando intimamente consigo e compartilhando essa intimidade com o público que observa, deliciado, a beleza que existe na tragicomédia humana. Constatei como temos uma imensa capacidade de realizar o *ofício alquímico* sobre nós mesmos e sobre as vivências que atravessamos, que nos ajuda a transformar o chumbo próprio e alheio, em ouro. Plantando a bandeira da afirmação da vida, no nosso *corpo como território de acontecimentos*.

Figura 5 – Grupo *Cuidarte*. “Dia dos figurinos”. Medellín, 2014



Fonte: Projeto Cuidarte.

4.3.2 Grupo de usuários de saúde mental (Salvador)

E falou (depois de meses trancado no fundo escuro de sua alma); pai, o vento no rosto é sonho, sabia?

Paulo⁶⁵

Depois da experiência com as mulheres da Colômbia e como parte da experimentação prática desta pesquisa, abriu-se a possibilidade de trabalhar com um grupo de usuários de saúde mental que frequentavam alguns CAPS de Salvador, junto à iniciativa do “Projeto Gerar de Economia Solidária”, coordenado pela Dra. Mônica Nunes, docente do Instituto de Saúde Coletiva da UFBA, em aliança com a SETRE (Secretaria do Trabalho, Emprego, Renda e Esporte) e que “[...] objetiva a inclusão social e promoção da saúde de pessoas com sofrimento psíquico por meio de empreendimentos solidários no campo da Saúde Mental”⁶⁶.

Particpei do projeto, ministrando uma oficina de palhaço com o nome de “Saúde Brincante”, realizada entre os meses de abril e maio de 2016 e contando com o apoio e a parceria de Renata Berenstein, diretora artística de “Os Insênicos”, grupo de teatro de usuários de saúde mental que existe desde 2010 em Salvador. Renata participou da oficina e coordenou as questões logísticas dos encontros, além de ser minha interlocutora nos momentos de avaliação do processo.

Realizamos ao todo 10 encontros e uma mostra artística. A duração da oficina foi de 25 horas, com dois encontros semanais de duas e três horas, durante 5 semanas. O grupo foi formado por 14 participantes, 5 homens e 9 mulheres entre 25 e 63 anos de idade.

Se a experiência com o grupo de mulheres na Colômbia foi uma *viagem de veleiro*, a experiência com os usuários dos CAPS se assemelha a um *mergulho*. *Mergulhar* na água que representa o mundo das emoções, do psiquismo, do inconsciente e, além disso, se afundar numa condição expressiva da alma humana que encontra seu avesso no *status quo* que o modelo racional cartesiano de perceber o mundo e os fenômenos, tem determinado como o

⁶⁵ Verso de um poema de Ferreira Gullar. Paulo tinha esquizofrenia, assim como o irmão que já falecera; tiveram a doença precipitada pelo uso de drogas. O pai é o próprio Gullar, que levava Paulo para ficar internado em um hospital psiquiátrico.

⁶⁶ Disponível em: <https://www.facebook.com/Projeto-Gerar-Economia-Solid%C3%A1ria-em-Sa%C3%BAde-Mental-1054689131214172/?fref=ts>. Acesso em: 12 fev. 2017.

certo, o congruente e o procedente. Um *mergulho* nas consequências sociais – e humanas – da tendência à homogeneização e à exclusão da diversidade.

Acredito ser relevante começar este relato com uma *imersão* histórica que permita entrever algumas mudanças de concepções com relação aos usuários de saúde mental, atentando sobre a necessidade de conhecer e reconhecer as dinâmicas institucionais como parte de engrenagens políticas, econômicas e sociais que influenciam diretamente as experiências vitais de *alguns* sujeitos em especial, determinando suas condições de vida e limitando suas possibilidades de escolha, no exercício direto da dominação sobre seus corpos.

As regras que normatizam os corpos que mergulham

Antes de convidar os usuários de saúde mental à aventura do *mergulho*, foi necessário para mim ‘reconhecer o terreno’, conhecer um pouco das condições estruturais que circundam o ‘arrecife manicomial’. Assim que enchi os meus pulmões de ar e, acompanhada de máscara, *snorkel* e nadadeiras, comecei a descer no mar com a técnica da apneia.

O primeiro que avistei foi um naufrágio muito grande e tenebroso. O navio correspondia ao hospício “Colônia” de Barbacena (MG), onde foram registrados 60 mil mortos durante quase todo o século XX, como foi relatado pela jornalista Daniela Arbex (2013) no livro “Holocausto brasileiro”. Dentre os ‘internos’ – forçados – do hospício, apenas 30 por cento estavam diagnosticados com alguma doença ou transtorno mental, os outros 70 por cento eram:

[...] epiléticos, alcoólatras, homossexuais, prostitutas, gente que se rebelava ou que se tornara incômoda para alguém com mais poder. Eram meninas grávidas violentadas por seus patrões, esposas confinadas para que o marido pudesse morar com a amante, filhas de fazendeiros que perderam a virgindade antes do casamento, homens e mulheres que haviam extraviado seus documentos. Alguns eram apenas tímidos. Pelo menos trinta e três eram crianças. (ARBEX, 2013, p. 13)

O livro relata os depoimentos dos cerca de 200 sobreviventes da Colônia, que foram expostos aos mais espantosos abusos e maus tratos, como se estivessem em um campo de concentração, situação que nos remete novamente à imagem do *muçulmano* de Auschwitz de Agamben (BORGES, 2009, p. 12), de um *corpo ausente*, esvaziado das suas forças e da potência de agir. Os relatos dos sobreviventes denunciam na voz dos ‘loucos’ a loucura dos ‘normais’.

As imagens do ‘naufrágio’ foram muito impactantes, o ar acabou rapidamente e tive que voltar para a superfície, em busca do cilindro de ar, do colete regulador e do lastro, para continuar explorando aquele ‘arrecife’ inacreditável. Depois do naufrágio, um cardume rodeou o ‘arrecife manicomial’, tratava-se dos assistentes ao “III Congresso Mineiro de Psiquiatria” que se realizou em Belo Horizonte em novembro de 1979, com participação do psiquiatra italiano Franco Basaglia.

Basaglia tinha promovido radicais mudanças dentro da prática psiquiátrica em cidades como Gorizia e Trieste, o que levou a OMS⁶⁷ em 1973, a credenciar o serviço psiquiátrico de Trieste como principal referência mundial para a reformulação da assistência em Saúde Mental, além da Lei 180 ou “Lei Basaglia” que em 1978 estabeleceu a abolição dos hospitais psiquiátricos.

Quando Basaglia, na qualidade de diretor do hospital psiquiátrico de Trieste, começou com o processo de desinstitucionalização⁶⁸, fizeram uma manifestação festiva para mostrar as modificações que estavam acontecendo no manicômio. Os pacientes decidiram fazer um cavalo que foi pintado de azul, em homenagem a *Marco*, o cavalo que levava a roupa suja do manicômio para a cidade, convertendo-se posteriormente o *Marco Cavalo* em símbolo da desinstitucionalização, carregando dentro de si – como o cavalo de Troia - os sonhos, os desejos e as necessidades dos pacientes.

Achei impactante a imagem do cavalo azul (muito mais, de um cavalo-marinho azul) que foge da formatação padronizada que a racionalidade impõe, remetendo, então, ao universo da ‘loucura’ e, além disso, o *Marco Cavalo* representava a ponte entre o manicômio e a cidade; que devolvia a roupa suja como resultado de uma sociedade excludente das diferenças, que marginaliza, controla e subjuga, que ajuda a produzir a doença que depois rejeita.

O Congresso tinha como objetivo avaliar a triste realidade da prática psiquiátrica mineira, para o qual foi determinante a presença de Basaglia enquanto líder que conseguiu articular seu discurso de base marxista aliado à luta de classes, com a humanização da atenção psiquiátrica e a prática da desinstitucionalização. Basaglia chamou atenção para o erro que representava continuar guiando-se pelo paradigma norte americano do ‘paciente como mero objeto de lucro’, defendendo uma posição de extrema sensibilidade e escuta frente ao sujeito usuário de saúde mental.

⁶⁷ Organização Mundial da Saúde.

⁶⁸ Processo que tenta reduzir o número de pessoas com longo histórico de internação em hospitais psiquiátricos, desestimulando os mesmos a partir da redução dos leitos pela substituição de atendimentos em centros da RAPS.

Uma forte corrente marítima levou o cardume do III Congresso, junto com alguns animais marinhos, até outro ‘arrecife’, o do *Movimento Antimanicomial*⁶⁹ do Brasil, que foi fundado em 1987 em Baurú (SP) durante o “Encontro dos Trabalhadores da Saúde Mental” sob o lema "Por uma sociedade sem manicômios". Como parte de suas conquistas, se consolidou a Reforma Psiquiátrica com a promulgação da Lei Paulo Delgado⁷⁰ 10.216 de 2001, que foi formulada desde 1989 sustentando:

Impedir a construção ou contratação de novos hospitais psiquiátricos pelo Estado, direcionar os recursos públicos para a criação de um modelo não-manicomial de atendimento e obrigar que as internações compulsórias fossem comunicadas a uma autoridade judiciária, que deveria julgar a validade da internação. (MORAIS, 2016)⁷¹

Abriu-se assim, uma perspectiva para a mudança de enfoque no tratamento dos pacientes com *sofrimento ou transtorno mental*, humanizando o trato e minimizando o ingresso aos hospitais psiquiátricos. Em 1991 foram criados, mediante portaria do Ministério Público, os CAPS ou Centros de Atenção Psicossocial e os NAPS ou Núcleos de Atenção Psicossocial, com posterior articulação dentro da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS)⁷², estruturada em unidades de serviços comunitários e abertos.

O recém-conformado ‘arrecife’ do *Movimento Antimanicomial* se fundamentou nos princípios da dignidade e liberdade dos usuários de saúde mental, observando que a condição de portadores de algum transtorno mental não lhes retira os direitos humanos nem civis:

O Movimento tem como meta a substituição progressiva dos hospitais psiquiátricos tradicionais por serviços abertos de tratamento. Isso implica na adoção, por toda a sociedade, de formas de atenção dignas e diversificadas de modo a atender às diferentes manifestações e momentos em que o sofrimento mental surge e se manifesta.⁷³

Antes de embarcar na corrente oceânica que o levaria de novo para Italia, Basaglia colocou:

Eu acredito que a doença mental é um pouco a racionalização da loucura. Os doentes furiosos são criados pela organização social. Eu diria que quando

⁶⁹ Disponível em: <http://movimentonacionaldelutaantimanicomial.blogspot.com.br/http://www.assdevoltaparacasa.org.br/page9.htm>. Acesso em: 03 jan. 2017.

⁷⁰ Durante o processo de re-democratização do Brasil após a ditadura, foi eleito pela primeira vez como deputado estadual (PT-MG) para fazer parte da Constituinte.

⁷¹ Disponível em: <https://vozesdavoiz.wordpress.com/2016/04/17/como-fechamos-nossos-hospicios-monstruosos/>. Acesso em: 07 jan. 2017.

⁷² Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br/index.php/o-ministerio/principal/secretarias/803-sas-raiz/daet-raiz/saude-mental/12-saude-mental/12588-raps-rede-de-atencao-psicossocial>. Acesso em: 09 jan. 2017.

⁷³ Disponível em: <https://alocuraentrenos.wordpress.com/a-loucura-e-a-luta-antimanicomial/>. Acesso em: 03 feb. 2017.

falamos de perigo, nós deveríamos falar do perigo da organização social que cria a pessoa perigosa. Qual é a quantidade de gente perigosa que não é “louca”? (BASAGLIA, 1979. Informação verbal)

Observei uma perturbação no ‘arrecife’ do *Movimento Antimanicomial* e, quando consegui chegar mais perto, percebi que apesar do *Movimento* ter conseguido várias conquistas em direção à observação dos direitos humanos dos portadores de doença ou transtorno mental e o atendimento dentro da Rede de Atenção Psicossocial, a Comissão Nacional de Direitos Humanos do Conselho Federal de Psicologia e do Conselho Federal da Ordem dos Advogados do Brasil realizou, em 2004, uma inspeção nacional nos hospitais psiquiátricos, obtendo como resultado que em 28 unidades foram encontradas situações de maus-tratos. “O levantamento alcançou 16 estados, revelando que ainda continuam a existir instituições como as antigas, mesmo com a consolidação de ferramentas legais que garantem os direitos dos pacientes.” (MORAIS, 2015).

A esta situação, soma-se a encruzilhada que ameaça desmontar algumas das conquistas obtidas. A complexidade da situação política brasileira frente ao Golpe de Estado de março de 2016, afeta – entre muitas outras coisas - as reivindicações sociais dos grupos minoritários e excluídos que continuam resistindo em suas demandas, frente aos interesses políticos de grupos econômicos donos de hospitais, que reclamam da diminuição dos leitos e, nessa via, do lucro que cada paciente representa para eles.

O ar do meu cilindro estava acabando, dando o último ‘passeio’ pelo ‘arrecife’ do *Movimento Antimanicomial*, fiquei encantada com um ‘oásis’ cheio de esponjas marinhas de vários tamanhos, peixes de muitas cores diferentes e uma grande diversidade de animais. Estava no “Museu de Imagens do Inconsciente”⁷⁴, fundado em 1952 por Nise da Silveira⁷⁵.

Nise foi pioneira na mudança de visão frente ao ‘louco’ e à ‘loucura’ no Brasil: devolvendo o status de humanidade aos seus *clientes*⁷⁶, aproveitando o espaço de terapia ocupacional, que lhe fora concedido como ‘castigo’ por se afastar das práticas dos seus colegas, para estabelecer pontes de comunicação com eles. Retomo o rastro da *língua do vivo* de Hélia Borges (2016) a partir da pintura, da escultura, da criação artística. Tentando organizar um mundo caótico na procura do equilíbrio, os *clientes* davam voz aos seus processos internos, suas necessidades, seus sintomas.

⁷⁴ Disponível em: <http://www.ccms.saude.gov.br/nisedasilveira/apresentacao.php#> Acesso em: 10 feb. 2017.

⁷⁵ (1905-1999) Renomeada psiquiatra brasileira, estudante de Jung e reconhecida por humanizar o tratamento psiquiátrico, contrário às formas agressivas da época.

⁷⁶ Como preferia denominar aos seus pacientes do Centro Psiquiátrico Pedro II, no Engenho de Dentro, subúrbio do Rio de Janeiro.

Constatai que hoje, como sempre, a condição atemporal do ideário e a ação reivindicativa e revolucionária de uma psiquiatra como Nise, adquirem a dimensão de urgência e realidade do nosso direito à utopia. Esta corajosa mulher defendeu a necessidade de ver - com humanidade, com carinho e com respeito - o ‘louco’, ou àquele que simplesmente resiste a se ‘encaixar’ dentro dos padrões, em uma época histórica e em um mundo profissional de domínio masculino, e com a violação sistemática dos direitos humanos como prática manicomial⁷⁷.

Voltei à superfície, e na praia contemplei o mar. Com olhar atônito admirei a lisura da água que nem revela as agitadas e tumultuosas dinâmicas submarinas... E o que dizer das agitadas e tumultuosas dinâmicas do inconsciente humano? É muito mar com o qual lidar...

À água, patos!

Certamente, sem a existência de Nise, de Basaglia e do ‘arrecife’ do *Movimento Antimanicomial Brasileiro*, teria sido impossível pensar em realizar uma oficina de palhaço com um grupo de usuários de saúde mental, em condições de reconhecimento humano e ‘humanizante’ da diversidade dentro da dinâmica do cuidado, da afetividade e da arte como veículo de expressão e de elaboração poética dos atravessamentos que o fato de Viver implica.

A experiência com os usuários de saúde mental apresentava-se como um grande desafio para mim enquanto professora, o que me demandava uma atitude atenta e alerta frente às particularidades deste grupo. Observo que em comparação com o grupo de mulheres da Colômbia, houve uma mudança em mim com relação à tomada de decisões que influíram no desenvolvimento da oficina. A mudança foi o resultado de um saber de experiência⁷⁸ mais aprimorado, junto com a reflexão sobre a oficina realizada na Colômbia, o contato com outras mestras e mestres, e o processo de pesquisa desenvolvido durante o mestrado.

As escolhas feitas me permitiram dar um passo além com relação à proposta pedagógica do processo para *acordar o próprio palhaço*, o que motivou o desvendar de

⁷⁷ Incluindo lobotomias, coma insulínico e eletrochoques entre outras práticas punitivas comparadas à tortura.

⁷⁸ Definido por Jorge Larrosa como “[...] o que se adquire no modo como alguém vai respondendo ao que vai lhe acontecendo ao longo da vida e no modo como vamos dando sentido ao acontecer do que nos acontece. No saber da experiência não se trata da verdade do que são as coisas, mas do sentido ou do sem-sentido do que nos acontece.” (LARROSA, 2012, p. 27).

algumas características próprias de cada participante, que poderiam ser utilizadas dentro da linguagem artística, e o aprofundamento nos princípios de trabalho que guiam o que continua se compondo como proposta pedagógica em constante mutabilidade.

Identifiquei várias situações que precisavam de um olhar cauteloso e uma preparação especial para conseguir começar o caminho até o *mergulho* dentro de uma experiência individual, vivenciada em coletivo. A primeira delas foi a heterogeneidade do grupo. Segundo Renata:

Dentro da saúde mental, você tem uma gama enorme de diagnósticos, limitações, de dificuldades, então tinha um grupo muito heterogêneo. Pessoas com um comprometimento grande, outras mais desenvoltas, que já tinham experiência com o teatro, alguns integrantes dos *Insênicos*. (BERENSTEIN, 2017. Informação verbal)

A heterogeneidade do grupo e os diferentes graus de ‘comprometimento’ se percebiam nas facilidades ou dificuldades de locomoção e movimento, na clareza e coerência das palavras e das ideias e na capacidade de concentração frente à atividade proposta. Seria necessário então, encontrar uma forma que conseguisse *equalizar* o amplo leque de diversidades, com o intuito de possibilitar o desenvolvimento de cada um enquanto particularidade, e do grupo enquanto coletivo de trabalho.

Foi oportuno gerar uma dinâmica na qual pudéssemos estar todos contemplados, que acolhesse as possibilidades de cada um e conseguisse criar o ambiente de trabalho nas condições de respeito, confiança e escuta necessárias para o desenvolvimento da oficina. Convoquei o princípio que expressa “A ritualidade inaugura e nos conecta com o espaço-tempo de trabalho” e, para tais fins, contemplando uma disposição diferenciada da cotidiana e uma atmosfera com certo ‘encantamento’ que buscava entretecer entre si os fios das presenças dos participantes, retornando à nossa memória primordial de *alma grupal*, para embarcarmos na *viagem do mergulho* dentro de nós mesmos em um ambiente brincante. O grupo estava prestes a entrar na água com o equipamento de *mergulho*.

O procedimento escolhido para concretizar o princípio foi o ritual de abertura e encerramento, que consistiu em ficar dispostos numa roda, de mãos dadas, com a mão esquerda olhando para o céu em atitude de *receber* e a mão direita olhando para a terra, em atitude de *dar*. Era importante nesse momento estabelecer contato visual com todos os participantes. Depois, friccionando as mãos construíamos uma bola de energia, primeiro brincávamos com ela um pouco e em seguida era criada uma grande bola, produto da soma de todas as bolas de energia. A bola era dirigida ao centro da terra, onde receberia a energia

gerada por todos durante o encontro, daí partíamos para os jogos preparados para o dia. Ao final do encontro, nos reuníamos em círculo novamente e imantávamos a bola de energia, elevando-a para o céu.

Durante os momentos do ritual eu aproveitava para insistir no ato de olhar olho no olho de todos – com as características de ser um olhar presente, vivo e cheio de luz - pois neste grupo em especial, o olhar era um claro indicador da presença (ou ausência) dos participantes. Em outros exercícios, olhar olho no olho dos colegas por um tempo prolongado representou certo grau de dificuldade para a maior parte do grupo, mas que, por ser uma informação repetida várias vezes durante os encontros, conseguiu fazer parte dos códigos compreendidos e assimilados.

Percebi que o grupo captou a comunicação através do olhar como uma das ferramentas mais diretas do palhaço na relação com seu público, e, entre nós, o olhar adquiriu um significado que nos lembrava de onde, com quem e para quem estávamos ali, estimulava a nossa relação de presença no instante. Considero que a atenção sobre o olhar foi uma das conquistas obtidas no processo.

O ritual foi o momento para relembrar as premissas que guiavam o trabalho. Estas premissas baseiam-se em qualidades do trabalho que me foram transmitidos por Ângela de Castro durante a realização de sua oficina “A Arte da bobagem” em 2007⁷⁹. Das 26 qualidades⁸⁰ formuladas pela palhaça - até o momento em que fiz a oficina com ela - escolhi três que considere mais importantes e com maior possibilidade de serem trabalhadas com o grupo em um tempo tão reduzido. Transformei as qualidades em premissas que estão intimamente imbricadas entre si:

- “Viver o jogo”;
- “O prazer de estar presente”;
- “Desfrutar plenamente o que se é”.

A premissa de *viver o jogo* pretendia nos conectar com o momento presente e nos entregarmos ao jogo como momento de existência na plenitude do instante, viver o brincar do ‘faz de conta’ com a seriedade de uma criança.

⁷⁹ Em Salvador, Bahia, durante o encontro “Anjos do Picadeiro 7”, organizado pelo grupo carioca “Teatro do Anônimo”.

⁸⁰ As qualidades são: o prazer, a entrega, o jogo, a ingenuidade, a esperança, a simplicidade, o humor, a fé, a alegria, a cumplicidade, a generosidade, o estar alerta, o amor, o estar presente, a coragem, a verdade, a curiosidade, a aceitação, a liberdade, o compromisso, a inocência, a diversão, a disciplina, a serenidade, a confiança, a felicidade.

O prazer de estar presente nos conectava com a potencialidade que reside na alegria de existir e compartilhar essa existência nesse instante, com essas pessoas. Abria a porta para as inúmeras possibilidades contidas no prazer de brincar, de se movimentar, de simplesmente ser.

Desfrutar plenamente o que se é leva consigo a aceitação amorosa das próprias características que abarcam a ideia da criação a partir de si mesmo. Abraçar *o que se é* possibilita canais de comunicação afetiva consigo mesmo e com os outros.

A escolha das premissas apoiou-se nas particularidades do grupo de usuários de saúde mental, tendo como foco o princípio de “A relação com a vulnerabilidade gera coragem e abertura”. Considerei – reconhecendo a subjetividade da minha observação - o que poderia implicar o fato de ser um usuário de saúde mental, com a multiplicidade de atravessamentos que influenciam a forma de se colocar no mundo, a normatividade sobre os corpos e o possível ‘benefício’ que poderia representar uma aproximação de si mesmo em condições de prazer, jogo e desfrute do que se é.

Estas premissas foram reiteradas durante as brincadeiras, objetivando chamar atenção para os momentos em que elas estavam sendo materializadas na qualidade do jogo do grupo e dos participantes. O fato de evidenciar o surgimento das premissas permitia que conseguíssemos identificar cada vez com maior rapidez e consciência, o *estado de jogo* alcançado que contribuiria à aproximação do *corpo em estado de palhaço*.

Figura 6 - Grupo CAPS “O roubo da maçã”. Apresentação final. Salvador, 2016



Fonte: Projeto Gerar de economia solidária.

Algumas turbulências marítimas

Estávamos em alto mar e o desenvolvimento do *mergulho* estava sendo muito prazeroso. Tínhamos avistado vários peixes multicoloridos e o grupo começava a mostrar seus ‘dotes’ de nadadores. Algumas *turbulências* chegaram para bater e mobilizar a ‘estrutura’ do já conhecido e *experenciado*. Sugeriram mudanças de rumo junto com a necessidade de abertura flexível frente aos acasos que se apresentavam.

Uma das *turbulências* iniciais foi o estranhamento na comunicação pelo fato de eu ser estrangeira. Para mim foi um pouco difícil conseguir entender algumas das falas dos participantes, permeadas por seus universos psíquicos. Acordamos entre todos perguntar quando alguma coisa não estivesse clara, contando com o apoio de Renata e Aline, uma técnica do CAPS Jardim Baiano, que se responsabilizou por acompanhar os usuários até o local do encontro e, além disso, participou ativamente da oficina.

Depois de alguns momentos do encontro inicial, a questão comunicativa conseguiu um equilíbrio dentro da construção das relações e do bom desempenho da oficina. O ‘chip’ tinha sido modificado para atingir outros níveis de comunicação que abrangiam o olhar, o

tato, a proximidade, a escuta atenta, o falar com o corpo. Mesmo assim, em algumas circunstâncias precisamos da intervenção das ‘tradutoras’ oficiais.

Conseguir o entendimento de alguns exercícios que requeriam uma complexidade maior manifestou-se como provocação. Em alguns casos houve dificuldade para alcançar o objetivo de maneira bem sucedida. E em outras ocasiões, fomos gratamente surpreendidos pela resposta inventiva que ultrapassava os limites esperados, gerando uma sensação coletiva de coesão e alegria frente à criação. No depoimento, Renata colocou:

O trabalho desse público retorna um pouco à infância. A brincadeira tem outro tempo de entendimento, de fixação, talvez tenha um trabalho de revisitar os jogos utilizados e buscar de que maneira eles evoluem para uma complexidade [...] Talvez haja uma necessidade de vir como se se trabalhasse com crianças no sentido de ser mais direto, o mais simples possível para eles poderem acompanhar. (BERENSTEIN, 2017. Informação verbal)

Durante a realização da oficina, o planejamento teve que ser o mais flexível possível, considerando as variações do grupo, a compreensão das brincadeiras e a possibilidade de continuar aprofundando algum aspecto detectado como importante para trabalhar dentro do processo para *acordar o próprio palhaço* em certa pessoa ou no grupo. Um dos jogos que apresentou dificuldade de entendimento e desenvolvimento foi, paradoxalmente, um dos jogos que melhor funcionaram com o grupo de mulheres da Colômbia, o jogo da “gradação da emoção”.

Quando foi proposto o exercício, surgiram duas complicações: conseguir ‘acreditar’ na emoção que estava sendo mostrada, e observar alguma gradação em aumento, da emoção. Arrisco a dizer que possivelmente o fato de ‘trabalhar’ com as emoções esteja carregado de outras conotações dentro do universo do usuário de saúde mental.

Geralmente as ‘crises’ de saúde mental apresentam uma carga emocional muito forte, manifestando um estado de ‘performatividade’ potente, e é justo sobre essa manifestação que a sedação química interfere, no anestesiamento do sintoma, no anestesiamento da emoção que comunica alguma informação. Além disso, é possível que existisse algum receio por parte dos participantes de motivar estados emocionais sobre os quais, em certa medida, não se tem controle. Uma decisão derivou-se desta observação, que procurou se aproximar com cautela dos jogos com as emoções, encontrando outros caminhos para entrar no universo emocional do palhaço.

Um desses caminhos foi um jogo em que, andando pelo espaço, respondíamos ao comando de “acima” com um grito e um pulo (quem pudesse) de alegria; “abaixo” batíamos

com a mão no chão, e um gesto de descontentamento; “barata” fugíamos com medo. Introduzimos também a “dancinha” em que cada um dançava com a sensação de prazer; e um passe de “karatê” que requeria desenvolver a temperança. Os comandos conseguiram captar a atenção e o estado de prontidão para o jogo, além de brincar com a mudança rápida de emoções, própria da técnica do palhaço. **G.** destacou-se durante o jogo, com o exagero brincante de seus gestos e de suas emoções, além das pequenas histórias que construía ao interatuar com seus colegas, transmitindo para eles o motivo de sua emoção.

Outras *turbulências* bateram no campo do relacionamento humano. Apresentou-se um mal-entendido com uma das participantes após chegar à oficina ao segundo dia, atrasada e em disposição de briga com o grupo por não ter comunicado para ela o começo da oficina. Minha atitude foi chamar sua atenção para estar no momento presente, se integrando na dinâmica que estávamos desenvolvendo.

Durante uma brincadeira inicial, o grupo ficava em estátua procurando posições estranhas e eu perguntava para algumas pessoas “o que você está fazendo?”, ao que davam as respostas mais absurdas e fantasiosas como “comendo um picolé em Saturno”. Infelizmente, não perguntei para ela, questão que conseguiu irritá-la ainda mais. Decidiu sair do jogo e não acompanhar a oficina.

Posteriormente, ela manifestou que percebia que eu tinha preferência por algumas pessoas e desconsiderava outras. Eu apresentei para ela minhas desculpas pela confusão, e tudo isso também reverberou em mim em vários sentidos. Por um lado, pelo cuidado extremo que esse grupo exigia da minha atuação, pois eu poderia facilmente ferir sensibilidades e, por outro lado, a minha espreita sobre mim mesma que me fez observar se alguma questão tinha me mobilizado em algum sentido para atuar de forma diferenciada com esta mulher. Retomando meu estado de vulnerabilidade e conexão vibrátil com o grupo, foi necessário, para mim, lidar com a frustração que o fato de ‘perder’ uma participante do *mergulho* representou.

Os “espaços de palavra”, ao início e final dos encontros, foram importantes para direcionar o trabalho, e para perceber como estava sendo o processo vivenciado. Os participantes geralmente manifestavam o conforto e bem-estar que representava para eles o fato de brincar, e chamavam atenção sobre jogos que tivessem gostado mais. Um dia falaram que gostavam das músicas com que eu trabalhava (uma seleção de músicas de vários tipos que levava em um dispositivo usb); assim nos encontros seguintes, levei jogos que implicassem as sugestões musicais para construir histórias (de aventura, de suspense, de romance, de comédia, etc.). Notei como a musicalidade conseguia que alguns deles ativassem as

referências aos seus imaginários, enquanto outros seguiam o ritmo (ou o descompasso) sem fazer alusão às sugestões e com prazer.

Na minha opinião, o espaço da ‘palavra’ é importante também no processo de posicionar-se enquanto sujeito, ainda mais quando se trata de um grupo com características especiais como as dos usuários de saúde mental, que dentro do contexto social e político, requer ganhar cada vez mais voz e visibilidade no caminho da afirmação dos seus direitos humanos e civis. Nessa via, podem ser proveitosos e muito ricos os espaços em que a palavra de todos seja escutada e o pensar e sentir, considerados.

Na simplicidade da abertura destes espaços de comunicação e conexão humana, abre-se também a oportunidade para a afirmação da subjetividade que se manifesta em sua potencialidade de ação. O fato de se movimentar livremente pelo espaço, de brincar fazendo parte de uma coletividade acolhedora das diferenças e que, além disso, impulsiona a exploração das particularidades, se constitui em uma fonte de alegria que conecta os indivíduos entre si, transmitindo novamente a aceitação da vulnerabilidade e o sentimento de ser dignos de amor e pertencimento. O grupo conseguia atingir progressivamente um grau de confiança, respeito, afeto e escuta que se aproximava das dinâmicas dos cardumes, o *mergulho* estava ajudando a constituir um ‘corpo coletivo’.

Mais uma *turbulência* bateu na sensibilidade, que se manifestou quando **P.** assinalou que não gostava do jeito em que movimentávamos o quadril durante um exercício de aquecimento das articulações segmentadas. **P.** - quem também professava abertamente sua fé católica - percebeu um movimento “sensualizado” que conseguiu incomodá-lo. Abriu-se um debate durante o “espaço de palavra”, alimentado por eles mesmos, e foi interessante perceber como **J.** expôs para **P.** que tratava-se de um exercício simplesmente, e que a qualidade de ‘sensualidade’ do movimento estava na cabeça de **P.**

O debate foi enriquecido com as intervenções dos colegas, que se posicionaram na via de afirmar o direito que tinham de movimentar seus corpos como quisessem, sem que juízos de valor caíssem sobre eles. Estimei muito positivamente a abertura do grupo para a discussão, que dava conta do espaço de confiança que estava produzindo desdobramentos em outros níveis, permitindo reflexões e posicionamentos subjetivos que poderiam responder a práticas de ‘empoderamento’.

Agora que foi aberto o debate entre os participantes, deixo-os por um momento do lado da boia, para me aprofundar numa observação com relação à particularidade deste grupo em situação de *vulnerabilidade social*, definida dentro do trabalho de Padoin (2010, p. 1) como:

[...] um conceito que tem sua origem na área dos Direitos Humanos. Refere-se a grupos ou indivíduos fragilizados, jurídica ou politicamente, na promoção, proteção ou garantia de seu direito à cidadania [...] apresenta um caráter multifacetado, abarcando inúmeras dimensões, a partir das quais se podem identificar situações de vulnerabilidade dos indivíduos, famílias ou comunidades. Essas dimensões estão ligadas tanto às características próprias dos indivíduos ou grupos quanto àquelas relativas ao meio social no qual estão inseridos. Logo, o conceito de vulnerabilidade social requer olhares para múltiplos planos, e em especial, para estruturas sociais vulnerabilizantes.

Tanto o grupo de mulheres *vitimizadas* pela violência sociopolítica na Colômbia, quanto este grupo de usuários de saúde mental de Salvador, podem ser considerados grupos em situação de *vulnerabilidade social*. Ambos apresentam uma dificuldade maior de acessar os **ativos** como “[...] recursos materiais ou socioculturais que permitem que os indivíduos se desenvolvam na sociedade [...] como trabalho, lazer, cultura e educação.” (PADOIN, 2010, p.2), as **estruturas** de oportunidades fornecidas pelo mercado para utilizar de maneira eficiente os ativos, e as **estratégias** ou formas como os atores sociais “[...] utilizam os ativos, de maneira a fazer frente às mudanças estruturais de um dado contexto social” (ibidem).

Estas circunstâncias materiais produzem, por sua vez, um impacto no referencial simbólico dos sujeitos que, devido à restrição do acesso ao sistema de oportunidades (oferecidas pelo Estado, pela sociedade e pelo mercado), podem desenvolver sentimentos de insegurança, frustração e desencanto. A autora aponta que: “[...] a vulnerabilidade social está ligada diretamente à privação (ausência de renda, precário ou nulo acesso aos serviços públicos, dentre outros) e/ou à fragilização dos vínculos afetivos.” (PADOIN, 2010, p. 2).

Acredito que durante a realização da oficina “Saúde brincante”, conseguimos nos encaminhar para o fortalecimento dos vínculos afetivos que, em alguma medida, podem devolver aos sujeitos em condição de *vulnerabilidade social* o sentimento de pertencimento à sociedade – já que materialmente muitas oportunidades lhes são negadas.

Tanto a construção do ambiente de confiança, afetividade, respeito e escuta, quanto a proximidade com o universo do palhaço enquanto linguagem sensível que expressa a emocionalidade de quem a encarna, contribuíram no trabalho de religar, de alguma forma, estes sujeitos entre si e em relação a uma coletividade social. Alguns depoimentos⁸¹ expressaram:

A gente ter uma pessoa que cuide, que dê amor e que olhe a gente como ser humano de verdade, é difícil [...] a gente sofre muito e principalmente dentro

⁸¹ Depoimentos participantes “Saúde brincante”, 2016.

de casa, e ter uma pessoa de fora, que não conhece e oferecer esse amor e esse carinho que a gente precisa [...] (Informação verbal)

Outro afirmou:

[...] que a gente não é inútil, né? A gente tem capacidade de fazer as coisas. Têm pessoas que acham que a gente tem que ficar no CAPS. Não, só no CAPS, não. A gente está empenhando a mente. Ficar em lugares que a gente se sinta bem. (Informação verbal)

E outros decretaram:

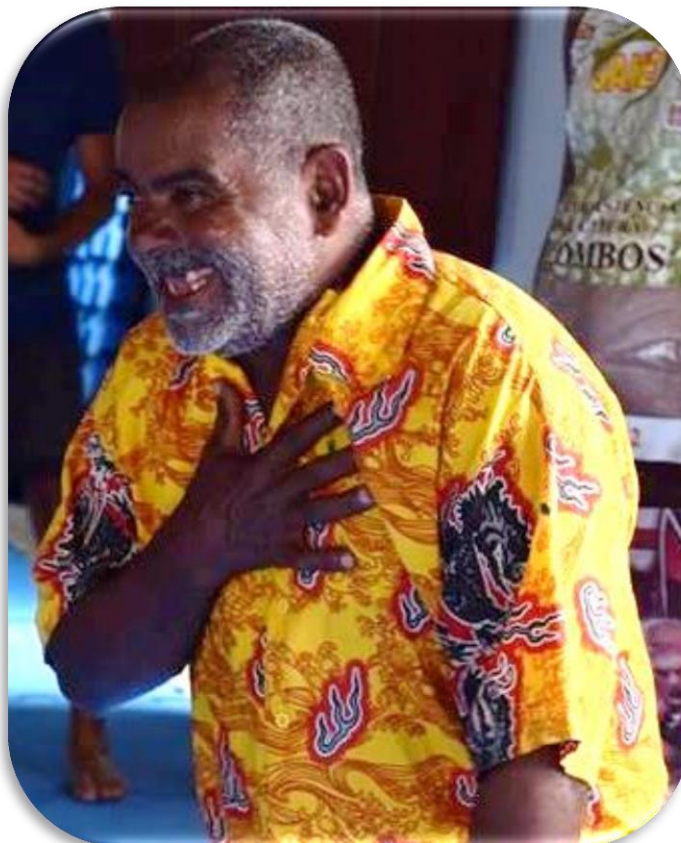
[...] mostrar pras pessoas lá afora que a pessoa com transtorno mental, ela pode viver muito bem com uma vida super legal com essas experiências que a gente viveu aqui [...] sair da ociosidade que era uma coisa que eu vivenciei muito para uma atividade limitada que faz com que a gente se sinta capaz e útil. (Informação verbal)⁸²

Desta forma, poderíamos observar a experiência vivenciada como uma pequena contribuição ao processo de empoderamento necessário, para que algumas pessoas em situação de *vulnerabilidade social* consigam se posicionar e avançar no desenvolvimento de suas potencialidades, dando visibilidade à sua participação política e retornando desta forma à ideia da vulnerabilidade como possibilidade de resiliência plena de capacidades criativas.

Volto novamente com o grupo de *mergulhadores*. Todos estão familiarizados com o equipamento de *mergulho*, já o enjoo pelas *turbulências marítimas* passou, cada vez mais sentimos as qualidades do *cardume*, agora é o momento de aprender a respirar debaixo da água.

⁸² Depoimentos participantes “Saúde brincante”, 2016.

Figura 7 – Z. durante a oficina, Salvador, 2016.



Fonte: Projeto Gerar de economia solidária.

Respirando debaixo d'água

Para o 'roteiro dos *mergulhos*' com os usuários de saúde mental, decidi manter a mesma divisão estrutural dos encontros com as mulheres da Colômbia, com a diferença de introduzir dois espaços de relaxamento ao invés de um, e acrescentar o ritual de abertura e o ritual de encerramento como parte da estrutura. Iniciávamos com um “espaço de palavra” para expor os objetivos do encontro do dia, o ritual de abertura inaugurava o espaço-tempo de trabalho, seguido do espaço de relaxamento inicial; exercícios de aquecimento; dinâmicas de presença e prontidão; jogos de palhaços e improvisações; espaço de relaxamento final, “espaço de palavra” e ritual de encerramento.

Percebi que às vezes, alguns dos participantes chegavam ao encontro com certa agitação, ansiedade ou preocupação, e notei que o fato de se deitarem, focados na respiração e escutando o som da Tigela Cantante Tibetana, trazia para eles uma sensação de calma e harmonizava o grupo para começar o trabalho, ‘equalizava’ as energias. Ao final do encontro,

a Tigela ajudava a ‘sintetizar’ a energia que tinha sido mobilizada com as brincadeiras, permitia integrar a experiência nos campos sensíveis dos participantes, questão que se evidenciava ao encerrar o encontro em ambiente harmônico, alegre e em condição de relaxamento. Assim, decidi dividir o que seria uma sessão de relaxamento com o som da Tigela Cantante Tibetana em duas sessões. O *mergulho interior* vibrava nos silêncios das *ondas espiraladas* que a Tigela ativava.

Os *mergulhadores* também apresentavam uma disposição para o trabalho corporal limitada (fora da água, claro!), que refletia os múltiplos atravessamentos, que contava as histórias de vida, sofrimentos e resistências. Em ocasiões, a disposição corporal se via alterada pela sedação química que gera outra disponibilidade energética do corpo, outro estado de *presença*. Mesmo assim, foi possível aprofundar mais no trabalho físico com o grupo de usuários de saúde mental, do que com o grupo de mulheres da Colômbia. E as qualidades dos corpos são outras, quando se está dentro do mar.

Nos momentos iniciais de aquecimento também foi praticada a automassagem Do-in, além de outros tipos de aquecimento fracionado por articulações e alongamentos. As dinâmicas de presença e prontidão puderam conter maiores motivações corporais, que incluíam deslocamentos pelo espaço ou ‘andanças’ com propostas lúdicas diversas que buscavam colocar os corpos em condições especiais: caminhar em diferentes níveis (alto, meio, baixo), responder a ‘comandos’ (de galinha, congelar, pular), modificar a velocidade, limitar os movimentos de alguma parte do corpo (sem mexer o quadril, movimentando a mão somente), caminhar com a intenção de alguma situação (sobre a areia quente, sofrendo um ataque de pulgas).

A duração da etapa inicial de aquecimento dependia do cansaço da turma - que se manifestava rapidamente - o que deixou de ser uma limitação, pois percebia que o tempo de brincadeira era vivenciado de maneira muito intensa por eles, o que faz parte do seu ritmo particular de sensação.

Com os poucos minutos de jogo, a turma já estava no estado de brincadeira desejado – estado de presença atenta e disponível - para continuar aprofundando na vontade de brincar e de se expor em um ambiente de confiança e desfrute. Desta forma percebi que a limitação inicial estava mais na minha cabeça e no meu desejo – respondendo à minha própria formatação e fixação - de chegar a um estado *específico* de corpo. Minha escolha foi embarcar no fluxo sensível destes corpos vibráteis à experiência.

Valorizo o tecido de um *ambiente* de confiança, afetividade, escuta e respeito, como fundamento para impulsionar a criação individual e em grupo, o que ressoa com o fato de se

sentir pertencente a uma coletividade e com o direito de colaborar com sua particularidade no desenvolvimento da brincadeira, da criação. Portanto, uma escolha importante foi investir firmemente na construção da atmosfera de confiança e brincadeira para o trabalho, ao que o grupo respondeu com generosa entrega.

Ao tecer esse *ambiente*, abrimos o espaço à expressão da vulnerabilidade de cada um com a certeza de que a própria fragilidade está em mãos que cuidam dela com carinho. Foi trilhando-se, assim, o caminho para *acordar o próprio palhaço* dentro de uma atmosfera de cuidado sensível.

As qualidades do convívio se fortaleceram com jogos como “estou morrendo!”, que precisava da atenção na interconexão do grupo. Andando pelo espaço, alguém falava com o tom e a ‘teatralidade’ que quisesse, “estou morrendo!” e começava a desmaiar. O grupo devia estar muito atento para impedir que caísse. O jogo ia ficando muito emocionante quando mais de um ‘morria’ ao mesmo tempo, quando os participantes se empolgavam com ‘a morte’. **F.** começou a brincar de ‘suicida’, procurava os lugares onde não tivesse ninguém por perto, para gritar que estava ‘morrendo’ dramaticamente, frente a isso, os colegas corriam para lhe socorrer, gerando alegria e cumplicidade entre todos. Uma vez terminado o jogo, **F.** recorreu várias vezes à premissa de “estou morrendo!”, gerando um ambiente de descontração do grupo e enriquecendo os vínculos.

Se com o grupo de mulheres da Colômbia o caminho para encontrar as características risíveis esteve guiado pelas brincadeiras infantis, que motivaram o contato com os referenciais de sua infância; para o grupo de usuários de saúde mental avaliei que a melhor escolha era o caminho da expressão espontânea do corpo através dos exercícios derivados da “dança ridícula” e do “karatê”, por serem ferramentas que estimulam o livre movimento do corpo sem necessidade de padronizar, limitar, nem justificar logicamente ou racionalmente a criação.

A “dança ridícula” deriva-se da linhagem de pesquisa do Lume Teatro⁸³ para encontrar a linguagem criativa do palhaço - ancorada na “dança pessoal” - que recebi das mãos de Ricardo Puccetti⁸⁴. Adentrar na procura da dança pessoal constitui uma possibilidade de abordagem da linguagem criativa própria. O palhaço é um ser que pensa em movimento, daí a sua própria dança contribui para dar à própria expressão uma qualidade estética a partir da força criativa de cada um, acessando nesse caminho as informações registradas no corpo como memórias vivas.

⁸³ Núcleo interdisciplinar de pesquisas teatrais da Unicamp.

⁸⁴ Durante o “Clownencuentro internacional 2012” em Bogotá, Colômbia.

A “dança ridícula” tem vários desdobramentos, e basicamente consiste em encontrar no próprio movimento as características mais risíveis possíveis. Geralmente chega-se a um ponto que o corpo começa a reagir espontaneamente, nos levando por lugares, posturas e gestualidades que não tínhamos registrado conscientemente.

A primeira aproximação com a “dança ridícula” foi através de um exercício em duplas. Um seria o dançante e o outro, o observador-receptor da dança. O observador tentaria ficar o mais neutro possível, sem aceitar nem rejeitar a dança, com o intuito de presenciar atentamente e não intervir com o juízo, pois o juízo poderia motivar uma resposta do dançante para tentar ‘agradar’ ao observador. O dançante, por sua vez, deveria ‘presentear’ ao observador com a dança “mais ridícula possível” que seu corpo pudesse expressar, é uma “dança preciosa que só você faz do jeito que você faz”. O dançante observa o que acontece com ele enquanto dança sem ter ‘respostas’ do observador. Antes de trocar as funções, pedia que eles fechassem os olhos e ‘registrassem’ o que tinha acontecido com seus corpos, como estavam se sentindo, o que conseguiram observar.

O grupo respondeu a esta dinâmica com muito prazer e alegria. A animação foi tal, que quando terminamos o exercício em duplas, eles começaram a sugerir uma roda na qual, motivados pelo ritmo do samba marcado com as palmas, iam um por um ao centro da roda para mostrar a própria “dança ridícula”, o *mergulho* virou roda de ‘nado sincronizado’. Fomos presenteados com a dança de **L.** que ‘desajustava’ seu quadril para dançar mancando ao ritmo das palmas; a dança de **N.** que com um sorriso amplo mantinha o corpo quieto, olhando pícara por cima do ombro e movimentando somente o traseiro; e com a dança de **C.** que, fixa no mesmo lugar e com os braços esticados, descrevia círculos e arcos de um lado para o outro. Este momento evidenciou o princípio do “Prazer revela o estado de presença”, além da coesão do grupo e o estado de jogo permanente como veículo de criação.

Em alguns depoimentos, se manifesta a relação que conseguimos estabelecer com o fato de ser ridículos. Para uma das participantes a síntese foi:

Reconhecer que somos todos ridículos, que não existe o perfeito, mas o ridículo, sim, existe e é isso que levanta a autoestima da gente, e é isso que faz a gente ser a gente mesmo, né? Que a gente vai tirar aquilo que têm dentro de nós, a dança natural que nosso corpo, nosso respirar, nos conduz a fazer (Informação verbal)⁸⁵.

E outra participante aportou:

⁸⁵ Depoimento participante “Saúde brincante” 2016.

Eu acho que eu consegui quebrar um pouquinho a rigidez, a vergonha [...] de timidez, de receio de parecer errado, de ser tudo certinho, né? O perfeccionismo que às vezes a gente tem. Aquela mania de sair tudo perfeito. E com o palhaço você brinca e aí você relaxa, você aprende que o errado também pode estar certo e você se diverte (Informação verbal)⁸⁶.

Estes depoimentos refletem alguns desdobramentos, no nível do autoconhecimento e da aceitação de si próprio, como uma possível via de manutenção do *estado de saúde*, que o *corpo em estado de palhaço* tem a potencialidade de permitir. A relação com nossas capacidades ridículas e risíveis dilatam nossa vulnerabilidade, que, ao ser recebida em ambiente de acolhimento e compaixão, gera coragem e abertura, nos ancorando na beleza que reside na nossa frágil sensibilidade exposta, vital e vibrátil.

Além disso, o ridículo pode construir uma ‘ponte de comunicação’ mais direta com a *sombra* ao expressar no corpo o campo do grotesco, do ‘esquisito’, do ‘inadequado’. O jogo com o ridículo nos permite ‘mudar a perspectiva’ com que acostumamos ver as nossas manifestações ‘indevidas’, tirando-as do lugar do ‘juízo’ que ‘sataniza’ as expressões do *ser*, para motivar a relação criativa que caminha na via da aceitação e da integração de nossas ‘facetas’.

O contato com o ridículo, o fracasso e o erro como condições humanas, podem se expressar mais claramente no grupo de usuários de saúde mental que, muitas vezes, têm restringido seu comportamento por não se ‘encaixar’ nos padrões de referência. Segundo Santiago Harris:

O ofício do palhaço, para a pessoa que o realiza, perfila-se como um labor no qual aquilo que tem sido considerado inútil durante toda uma vida se torna útil. Erros, acidentes, mal entendidos, exageros, condutas inaceitáveis, situações absurdas, manifestações ridículas, demonstrações proibidas e todo tipo de *fracassos* são justamente alguns dos eixos que estruturam a atuação deste ser. (HARRIS, 2011, p. 79)

O palhaço reconcilia-se com as próprias características que muitas vezes fogem do ‘ideal’, e aceita a própria imperfeição como o lugar da *sinceridade*. Este lugar, onde não tem que brigar nem se esforçar por ser alguém que não é - mas que se supõe que deveria ser - lhe permite descobrir *a dor e a delícia de ser o que é*⁸⁷, enxergando a riqueza que esse ato de aceitação traz para sua vida. Durante o processo de *acordar o próprio palhaço*, essa reconciliação tem uma grande potencialidade de ser alcançada, de acontecer naturalmente com a leveza de um sorriso, como foi colocado por uma das participantes “[...] me veio um

⁸⁶ Depoimento participante “Saúde brincante” 2016.

⁸⁷ Música “Dom de iludir” Caetano Veloso.

sorriso, que estava faltando o sorriso na minha vida. Foi isso mesmo, meu sorriso, resgatou meu sorriso” (Informação verbal)⁸⁸.

Uma dinâmica reforçava outro dos princípios técnicos do palhaço, o do ‘foco’. No jogo “eu sou (nome) e eu sou pegadora”, alguém falava esta premissa olhando olho no olho de todo mundo, desfrutando do prazer de estar no foco, mostrando a alegria de ser quem se é, e de se expor. Pegava os colegas que ficavam congelados e que, para descongelar, precisavam do abraço de outro colega, mas um abraço *de verdade*, presente.

Cada um construiu seu ‘pegador’ com as características que quis, e, por ventura, vimos um desfile de *sombras* frente aos nossos olhos. O *mergulho* adquiriu a sustância de pegadores monstruosos e furiosos, que mostravam seus dentes e garras ameaçantes; pegadores sexys que mostravam seus ‘atributos’ com gestos lascivos e utilizando a arma letal do ‘beijo’; pegadores soberbos que não gostavam do fato de ‘ter que’ pegar uma ‘multidão’ que ‘gastava’ sua energia; pegadores muito lentos que parecia que estivessem sob ‘gravidade 0’; pegadores com corpos desajustados que mancando e rindo, corriam atrás dos outros, e mais rindo do que correndo; pegadores que de um momento para o outro, esqueciam que eram os pegadores. Enfim, um amplo e riquíssimo leque de características se desenhou no ‘arrecife dos pegadores’.

Este jogo permitiu perceber a vontade de brincar na emoção do jogo, no nervosismo de quem ia ser pego, no surgimento dos impulsos nos corpos, no cansaço do ‘pegador’ que parava para tomar fôlego e aproveitava o ‘foco’ para continuar anunciando sua ‘infallibilidade’. A necessidade do abraço para ‘descongelar’ gerou um sentimento de proximidade e carinho que contribuía com a qualidade afetiva do espírito de trabalho.

Foi no brincar que conseguimos nos aproximar do próprio ridículo, do palhaço, e acredito que essa proximidade é um ato amplamente libertador. ‘Atentar o juízo’, provocar a razão para tirar dela o controle, é muito prazeroso, e em um grupo com a particularidade de usuários de saúde mental, integrar atitudes que podem ser familiares em alguma medida, com a lente da ludicidade, da alegria e doçura do palhaço, podem chegar a reconfigurar e re-significar algumas lógicas consideradas ‘anormais’ para recobri-las com a amorosidade da ‘diversidade’.

O jogo do “karatê” contribuiu para a criação de partituras corporais com a espontaneidade do estímulo. Antón Valén compartilhou este exercício durante uma oficina. Consiste na realização de um passe de “karatê secreto”. Quem o realiza é o “único

⁸⁸ Depoimento participante “Saúde Brincante” 2016.

sobrevivente de uma tradição milenar de karatê”. Cada qual sabe para que serve seu karatê, se para curar, para chamar a chuva, para reviver mortos... Cada qual dá o nome do lugar de onde vêm.

O grupo de *mergulhadores* teve que trabalhar com afinco para conseguir desenhar no espaço os diversos karatês, se superpondo à resistência da água. Este momento foi especial, pois o grupo conseguia vibrar e rir com o karatê feito pelos colegas. Eu marcava uma base rítmica com o tambor, que dava pé para o karateca executar seus ‘passes secretos’.

P. realizou o karatê do ‘México’ com seu corpo enrijecido e seu gesto ‘inexpressivo’, empunhou as mãos e lançou vários murros do peito para fora, assincrônicos com o ‘ha!’ do grito. **A.** fez o karatê do ‘Japão’, com um ‘iiiiiii!’ muito agudo, alçou os braços pelos lados até chegar acima da cabeça, enquanto preparava a perna suspendida no ar prestes a dar o chute que se apoiava no grito do ‘aaaaaa!’, para então sair com letal contundência, depois empunhava uma mão e cobria-a com a outra a maneira de cumprimento. **Z.** nos presenteou com o karatê do ‘Rio Grande do Sul’, que era uma mistura entre karatê e capoeira. Com os braços prontos para o combate, girava o tronco de um lado para o outro, e os pés descreviam uma ‘jinga’ de capoeira, seus gritos de ‘iha, iha, iha!’ tinham a capacidade de afastar qualquer adversário que se encontrasse a quilômetros do lugar. **T.** por sua vez, apoiava-se no volumoso do seu corpo para semear o pânico, seu quadril mexia-se com força à esquerda e à direita, terminando com o sinistro ‘karatê dos peitos’ que produzia ondas de descomposição atômica, que somente o karatê de ‘Salvador’ podia conseguir.

Figura 8 – “Karatê do Rio de Janeiro”, Salvador, 2016.



Fonte: Projeto Gerar de economia solidária.

A qualidade ‘inédita’ das respostas aos exercícios propostos, o “ninguém faz como você faz” da premissa nas ‘proezas’, buscaram incentivar e conferir o valor que a criação própria merece, com o material que se tem. O material é o ‘si mesmo’. Só precisamos do que já temos para criar. Já somos o bastante, e o palhaço está aí para nos *recordar* isso. O fato de conseguir estar em estado de relaxamento – de mãos dadas com o prazer - durante a execução dos jogos, permite à criação espontânea aflorar.

O *mergulho* ia provocando o desabrochar das características próprias que enriqueciam o encontro coletivo e o repertório dos palhaços, fruto da habilidade para respirar

debaixo da água. Cada um dos participantes teve seu momento de ‘brilhar’ frente aos colegas. Relato alguns momentos:

J. - que anteriormente tinha interpelado **P.**, a partir da ‘sensualização’ de um exercício - é morador de rua e, algumas vezes, chegava sem se ‘higienizar’ aos encontros, mas chegava, sozinho (diferente do grupo do CAPS Jardim Baiano que chegava com a companhia de Aline, a técnica) e prestes a brincar. Surpreendia com sua capacidade de inocência, se entregava às brincadeiras em tal estado de ‘despojamento’ de si que conseguia produzir na plateia um sentimento de ternura e amor quase insuportável. Finalizava sempre suas intervenções com um gesto de ‘prece-gratidão’ que o caracterizava. Quando realizava exercícios em duplas ficava perto do colega, seguindo-o na ação, porém às vezes, seu olhar se ‘ausentava’ da situação. Em várias ocasiões que percebi sua ausência, lhe chamava por seu nome e estabelecia contato visual com ele, ao que respondia com um sorriso e um brilho nos olhos.

Dentro da técnica do palhaço se encontram as ‘entradas de palhaço’ que são exercícios em que o palhaço entra em cena, realiza seu propósito e sai da cena. A estrutura é muito simples, o importante é o ‘como’ do que se faz. Cada detalhe tem importância, desde a forma de entrar em cena até a forma de sair.

Uma das ‘entradas de palhaço’ consistia em entrar em cena, olhar para o público e dizer “eu sou (nome) e a terra é redonda”. **J.** entrou em cena com seu corpo alto e magro, que dava a impressão de flutuar; olhou para o público, e, com um gesto de inocente neutralidade, como se acabasse de ser ‘parido pela terra’, falou “eu sou **J.** e a terra... (localizou seu dedo indicador em frente de sua cara, e desenhou um círculo no ar, muito devagar) é redonda” olhou para o público, fez seu gesto de ‘prece-gratidão’ e saiu de cena. Uma imagem desta simplicidade teve para mim uma grande carga poética, que me comoveu pela implacável inocência, fragilidade, simplicidade e transparência.

P. tinha a capacidade de cantar e recitar poemas em inglês, alemão e espanhol. Ele era o ‘poeta apaixonado’ do grupo, gostava muito de aprender novas palavras em diversas línguas. Em cada encontro me perguntava palavras em espanhol, pedia que eu traduzisse algum poema ou me ensinava seus novos aprendizados. Compartilhava seus conhecimentos sobre ‘dados curiosos’ de diferentes países com seus colegas.

Durante o jogo dos ‘marinheiros’ que embarcavam em botes de x número de tripulantes, **P.** ficou ‘exposto’ e decidiu recitar um poema em alemão. Sua corporalidade expressava certo nervosismo ‘infantil’ frente ao público, e seu olhar vago anunciava os trechos que escapavam de sua memória; recitava tocando-se as mãos e quando precisava,

corrigia o que tinha falado errado. Um dia, no momento de encerrar a oficina, nos presenteou com a música “noite de paz” interpretada em alemão. Depois de cada intervenção, deixava perceber uma sensação de alegria que não se expressava em sorriso, seu rosto se mantinha ‘neutro’.

Brincando de sereias

Os jogos conseguiram atingir níveis de sensibilidade corporal importantes, que foram ressaltados por alguns participantes ao se referirem a uma percepção diferente de seus corpos, ganhando maior vitalidade, disposição e leveza. Uma delas, **M.**, nos primeiros encontros, manifestou uma mobilidade muito limitada. Durante os exercícios movimentava os braços com moleza, caminhava quase arrastando os pés e mexia levemente sua cabeça.

Com o decorrer dos dias e o engajamento nas dinâmicas propostas, notei como sua disposição anímica se refletia em sua mobilidade corporal: seus movimentos adquiriram maior consistência, o tronco e o quadril foram incorporados em suas danças e a cabeça foi ‘ativada’ com agilidade. Em um depoimento, **M.** falou da sensibilidade no seu corpo, de uma sensação de tremor, como “Uma vibração forte, uma força. Quase pareceu uma coisa sobrenatural, uma coisa diferente que não dá nem para explicar direito, só quem passou é que vai sentir, é que sabe, né?” (Informação verbal)⁸⁹

Sem especificar muito, mas com a sensação de um nível de afetação importante, duas participantes colocaram sua mudança de percepção sobre o palhaço e o que significou para elas. Uma delas relatou:

Pensava que o palhaço não era assim, não. Pensava que era muito estranho, diferente, sei lá. Achei um negócio diferente, mas o que eu vi eu gostei. Porque bole com a mente, bole com o raciocínio, com o corpo, bole com tudo da gente, né? Com a autoestima da gente, né? Bole com tudo. (Informação verbal)⁹⁰

Alguns exercícios ajudaram a estimular a imaginação e a elaboração de ideias. Já que os *mergulhadores* sabiam respirar debaixo da água, o passo seguinte era *virar sereia*, reconhecendo o território abissal e aproveitando o coletivo para gerar os ‘tsunamis criativos’, para ‘bulir com tudo’.

⁸⁹ Depoimento participante “Saúde brincante”, 2016.

⁹⁰ Depoimento participante “Saúde brincante”, 2016.

O jogo de “me empresta o seu...?” motivou as ideias das *sereias*. Consiste em realizar a mímica da utilização de algum objeto que os colegas devem adivinhar e falar a premissa “me empresta o seu... livro?”. Quem fez a mímica empresta o livro para quem adivinhou, que utiliza o livro e depois constrói outro objeto que utiliza para que alguém lhe peça. Foi motivo de muito desfrute, ver como alguns dos participantes começaram a aproveitar o jogo para fazer piadas, o ‘território’ tinha sido conquistado. Um deles fez a mímica de uma ‘calcinha fio dental’, que G., na agitação do jogo e na vontade de adivinhar, pediu emprestada. Assistimos então, um ‘sketch’ de palhaço de criação espontânea: da ‘emoção’ inocente por ter acertado, passou a se ‘dar conta’ do objeto que tinha pedido emprestado e que devia utilizar, sua gestualidade ‘falou’ do incômodo, da vergonha e de certo nojo e resignação que acompanhou a representação da ‘colocação da calcinha fio dental’.

Momentos de criação como estes, além de permitir aos participantes dimensionar suas capacidades, ajudaram a reforçar o senso do coletivo que sentia as conquistas de um como as conquistas de todos, alimentando a conexão humana e o sentimento de aceitação e pertencimento.

V. tem uma condição médica de obesidade. Chegou à oficina com muito boa disponibilidade para o jogo, porém, sua mobilidade corporal se mostrava restrita por certa timidez e pudor. Observei que com a introdução da ‘dança ridícula’ dentro dos códigos da oficina, sua disposição corporal atingiu níveis de desenvolvimento, flexibilidade e leveza muito maiores. Com o decorrer dos encontros pude notar seu desfrute aumentando, como resultado da experimentação das possibilidades do próprio corpo. Considero que a ‘dança ridícula’ representou para ela a possibilidade de ‘transformar’ sua condição corporal em força criativa e fonte de prazer. Em um depoimento, V. se expressou a respeito da oficina:

Mexeu com meu emocional, mexeu com meu corpo. Foi muito bom, eu pensava que era diferente. Quando a pessoa fala oficina de palhaço pensa que é besteira, né? Mas não é não [...] Mexeu muito com meus sentimentos, com meu interior. O palhaço, ele trabalha com o interior. Ele não trabalha só no físico, na maquiagem, é de dentro pra fora, uma coisa que eu não sei explicar, mas é uma coisa que é de dentro pra fora. Não começa de fora, começa de dentro. (Informação verbal)⁹¹

E acredito que durante o processo, várias dessas coisas ‘de dentro’ foram encontrando canais de expressão para o ‘fora’ e dessa forma construindo diálogos, jogos, criações que puderam gerar algum tipo de estranhamento, pergunta ou compreensão sobre si mesmo. O processo para *acordar o próprio palhaço*, na fase ‘virar sereia’ implica o

⁹¹ Depoimento participantes “Saúde brincante”, 2016.

reconhecimento e aceitação das próprias características, com a ativa ação sobre algum aspecto da informação que se tenha por ‘novidade’. As *sereias* estão ‘em posse’ de si mesmas e com a vontade de aproveitar e desfrutar de sua diversidade.

Decidi aguardar até que o *ambiente* de respeito e confiança estivesse estabelecido, além de ter percorrido, integrado e reconhecido o caminho até o *estado de jogo*, para introduzir a máscara do palhaço, o nariz vermelho. O nariz chegaria durante um exercício de visualização em que - deitados no chão e depois de tomar consciência da respiração - um sorriso que surgia nos lábios ia se espalhando por todo o organismo e contaminava progressivamente o mundo inteiro, o universo inteiro. O sorriso crescia e a visualização culminava com um presente colocado no peito do sorridente viajante, que consistia no nariz de palhaço. Quando o *viajante* colocasse o nariz, os olhos límpidos deviam observar o mundo como se “fosse a primeira vez que vê”.

Os recém-nascidos palhaços deviam começar a se redescobrir em solidão, no seu próprio ritmo, sem pressa. Este momento é, para mim, de grande fragilidade, e precisa do maior cuidado e leveza, pois continua construindo as pontes que levam à “conexão consigo mesmo que alimenta o estado de palhaço”. Peço para os participantes se manterem observantes frente aos impulsos, aos desejos, ao que sentem vontade de fazer e ao que não. É o momento da escuta afiada de si mesmos.

Depois da ‘bolha’ individual, começa a abertura para os *outros*, redescobrimo as presenças, os jogos, o contato, as qualidades das relações, os conflitos. Com este grupo decidi intervir com estímulos musicais que sugeriam situações, atmosferas e jogos diferentes. Uma das participantes expressou:

[...] aquela dinâmica da chegada do palhaço foi, ‘nossa!’, foi surreal, tanto que eu não aguentei e depois fui no banheiro, chorei horrores no banheiro, porque foi [...] muito revelador assim, revelou grandemente para mim o quanto eu não me amava e precisava me conhecer mais e de fato, me amar, que a gente se julga o tempo inteiro. (Informação verbal)⁹²

Foram surgindo, durante os depoimentos, vários desafios que os participantes tiveram que encarar, mobilizando suas próprias energias para lidar com as novas realidades que iam emergindo. Uma delas ficava fora da sala durante os momentos do relaxamento com o som da Tigela Tibetana. Desde o primeiro encontro percebeu uma sensibilidade especial frente ao som, que lhe fez lembrar-se das sensações físicas que antecediam às crises de esquizofrenia:

⁹² Depoimento participante “Saúde brincante”, 2016.

[...] eu pude descobrir que eu tenho uma limitação nesse sentido e como vocês me respeitaram eu também aprendi a me respeitar e já tenho um senso de coordenar isso para mim, porque teve um momento em algum relaxamento [...] veio em mim justamente essa sensação negativa [...] dentro da minha patologia, de ir e quebrar a tigela, mas eu me lembrava da sua fisionomia, do seu carisma e isso fez com que eu me controlasse e tivesse um autodomínio, então para mim isso também é uma técnica de poder controlar as situações que eu vivencio em termos de saúde mental. Foi muito boa para mim essa coisa. E depois daí foi só leveza, foi só gostoso. (Informação verbal)⁹³

Realizamos um exercício que tem a capacidade de ‘invocar’ o estado de palhaço, como mola propulsora. Recebi o exercício das mãos de Ângela de Castro e consiste em que um por um entra na cena correndo, pula por cima de uma garrafa gritando “Iupiiii!!!”; com essa mesma emoção, congela-se e grita onde parou, depois vira olhando para o público e grita de novo, mantendo a mesma emoção. O grito representa o prazer de estar presente, de brincar, de ser quem se é, de se expor. Os palhaços gritariam o “Iupi!” para si mesmos, quando fossem entrar em cena, ou mesmo quando precisassem da ‘palavra mágica’ para fazer algum ‘conjuro’ ou dissolver algum ‘feitiço’.

Foi exatamente o que aconteceu durante o desenvolvimento da oficina, e foi relatado por uma participante que teve um mal-entendido com uma vizinha. Em suas palavras “[...] eu não gosto de discutir, eu já vou logo pra bater” (Informação verbal)⁹⁴, nesse momento lembrou-se da dinâmica do “Iupi!”. E continua seu relato: “me dei conta da força da palavra “iupi” [...] eu fiquei quieta e [...] ao invés de contar 1,2,3 até o 10, eu “iupi, iupi, iupi...” pra me acalmar, e consegui. Consegui mesmo, é bom.” (Informação verbal)⁹⁵

Valorizo este fato como bastante significativo, pois evidenciou a capacidade de uma *técnica* da arte do palhaço de ser utilizada como ‘prática de si’ que permitiu controlar uma situação de saúde mental, apoiada nas capacidades da própria técnica. As *técnicas* como *práticas* contêm a possibilidade do trabalho sobre nós mesmos para efetivar o ‘ofício alquímico’ como transformação de si.

Dentro do processo de encarar os desafios como movimento para superar as próprias limitações, ressalto o caso de U., uma participante com diagnóstico de depressão que expressou suas características como “sou muito calada, fechada, não gosto muito de conversar, não gosto muito de conhecer muita gente e fazer muita amizade [...] E aqui eu consegui fazer amizade com um bocado de gente.” (Informação verbal)⁹⁶ Ao início da oficina,

⁹³ Depoimento participante “Saúde brincante”, 2016.

⁹⁴ Depoimento participante “Saúde brincante”, 2016.

⁹⁵ Depoimento participante “Saúde brincante”, 2016.

⁹⁶ Depoimento participante “Saúde brincante”, 2016.

caracterizou-se pelo silêncio observante. Suas propostas e gestualidade eram mínimas. Posso afirmar que o que conseguiu mobilizá-la foi o *ambiente* de confiança que conseguimos construir, que reconhecia e encorajava a contribuição que cada um tinha para enriquecer o coletivo.

Um dos jogos dos palhaços, na fase *‘virar sereia’* era a “família de circo”. Em grupos de 4 ou 5 palhaços, deviam preparar uma apresentação ‘como se’ fossem uma família que está há muito tempo no circo. Escolhiam um nome, uma música ou um ritmo que todos interpretariam (utilizada para entrar e sair da cena). Cada integrante exibiria sua “proeza” e entre todos mostrariam uma “proeza grupal”. Um ‘mestre de cerimônias’ conduziria e indicaria os nomes de todos os integrantes.

U. foi ‘escolhida’ por seus colegas para ser a ‘mestra de cerimônias’. Para mim ficou evidente sua alegria frente ao papel que desempenhou no jogo, sua atitude era de muito orgulho frente a uma função dignificante, que cooperava com o ótimo andamento da apresentação da ‘família de circo’, conseguindo ‘avançar’ em algumas situações pessoais que tiveram no ‘campo de jogo’ o *locus* privilegiado da conquista. Ela avaliou seu trabalho positivamente dizendo:

Eu me empenhei demais em muitas coisas. Pa’ o que eu era, calada, fechada. E aí, eu me soltei mais [...] Eu sou muito quietinha, tenho vergonha de fazer as coisas, e aí eu não tive vergonha, comecei a fazer e não tive medo, não tive vergonha, não tive nada. Tive vontade, coragem e garra. (Informação verbal)⁹⁷

Na construção do ‘senso de coletivo’, percebi que todos nós ficamos numa posição em que éramos afetados uns pelos outros. Este fato, somado ao contato com o ridículo, ao processo de aceitação do erro como parte da brincadeira e como grande possibilidade de criação, traz consigo a ideia da vulnerabilidade como a *coragem de ser imperfeito*⁹⁸. Nessa via pode-se falar de um ato de autoconhecimento das próprias fragilidades e características que podem ser consideradas ‘não convenientes ou errôneas’, e que o palhaço utiliza como alimento.

Aline, a técnica do CAPS que esteve acompanhando e participando dos encontros, teve uma abertura muito sensível frente à oficina. Integrou-se como uma participante a mais, e experimentou seu próprio processo. Consegui identificar como uma de suas conquistas, o fato de ‘se permitir’ cair no erro, no desajeito e no ridículo, para criar a partir dessa ‘nova’ informação e ‘acreditar’ no jogo que jogava.

⁹⁷ Depoimento participante “Saúde brincante”, 2016.

⁹⁸ Título do livro de Brené Brown sobre a vulnerabilidade.

Um número de ‘ginástica’ que apresentou junto com V. revelou sua ‘seriedade’ para o jogo: ela era a professora de ginástica de V., mas sua ‘estudante’ não conseguia acertar em nenhum dos movimentos que a professora lhe propunha, além disso, seu interesse era dançar a música que ambientava a ginástica. Depois de várias tentativas que geraram um conflito, a professora desiste de querer ‘ensinar’ e alia-se à estudante para desfrutar da dança. Este ‘jogo’, ecoa agora como analogia da situação vivida. A ficção vira realidade.

Aline referiu-se à quebra das suas resistências em relação aos *outros* como parte das situações suscitadas na oficina “isso é algo positivo no aspecto de crescimento como profissional, eu acho que cresci nesse sentido. Eu reconheço que eu aceito o outro do jeito que ele é.” (Informação verbal)⁹⁹ Este depoimento adquire grande importância ao ser considerado dentro do contexto dos profissionais que estão em contato diariamente com os usuários, e dos quais dependem várias melhoras no *estado de saúde* deles. Confirmando que é a partir da própria sensibilidade que podemos conseguir operar mudanças em nós que possam se reverter na relação com os *outros*.

Considero de vital importância o investir no “apoio ao apoio”, apoiar às pessoas que apoiam, por sua vez, a outras, com o intuito de gerar maiores pontes de comunicação humanizante com a potencialidade de influenciar os processos dignificantes e de ‘sustentação da vitalidade’, neste caso, dos usuários de saúde mental.

Dentro das conquistas relacionais, uma participante refletiu: “Eu acho que agora eu aprendi a ter mais amor ao próximo, ter mais afinção” (Informação verbal)¹⁰⁰. Esta afirmação, feita por V., considero que corresponde por um lado, à visão de si mesma sob uma perspectiva de ‘afinação’, que se expande para o entorno, para o próximo.

Por outro lado, acredito que pode se referir à forma como era tratada a ‘diversidade’ dentro do ambiente heterogêneo do grupo. V. era uma das integrantes do grupo com menor ‘comprometimento’ mental, e, seguramente, em algumas ocasiões foi preciso que acudisse à paciência e ao seu sentimento de amor e aceitação frente às particularidades dos *outros*. Neste sentido, a dinâmica e o *ambiente* de trabalho foi cuidado para acolher afetuosamente todas as manifestações de diversidade dos participantes. Em suma, alguns processos subjetivos vieram à tona a partir das vivências durante a oficina, frente a isso ressaltado, com profundo agradecimento, a disposição do grupo para atravessar as dificuldades e os desafios que surgiram, realmente com “vontade, coragem e garra”. A fase ‘*virar sereia*’ foi superada para além do objetivo.

⁹⁹ Depoimento técnica do CAPS, participante “Saúde brincante”, 2016.

¹⁰⁰ Depoimento participante “Saúde brincante”, 2016.

R. mostrava um alto grau de sedação química, que se via refletida em sua disposição corporal e mental para os exercícios com maior lentidão. Foi muito gratificante perceber como seu corpo ganhava dinamismo com o passar dos dias, mostrando um grande prazer por estar presente e contribuindo com propostas bem interessantes ao desenvolvimento da oficina. Em seu depoimento sobre a oficina disse:

Trouxe alegria para mim, novidades. Coisas que eu não sabia, aprendi [...] isso eu vou guardar por esta vida [...] Antes eu acordava com uma preguiça danada para ir pro CAPS, por causa da medicação. E agora estou acordando disposto, com alegria de viver. (Informação verbal)¹⁰¹

Com a capacidade que o palhaço tem para devolver-nos o olhar sobre nossas características carregando-o de amor e leveza, ele foi construindo seu palhaço apoiado na lentidão e em certo desajuste do corpo, o que resultava muito reconciliador e bastante risível.

Uma das improvisações com que conseguiu maior ajuste foi a do “tradutor de idioma estrangeiro” que consistia em que um ‘estrangeiro’ falava em uma língua inventada, com claros acentos e intencionalidades, que o ‘tradutor’ devia captar em essência para conseguir realizar a tradução do que o ‘estrangeiro’ estava querendo transmitir. **R.** inventou uma língua muito prolífica, cheia de onomatopeias, sons guturais, nasais, agudos e baixos. A lentidão refletida em seus gestos e palavras enriquecia ainda mais a interpretação da língua estrangeira. Era um deleite ver esse palhaço brincando em cena, acompanhado de sua ‘seriedade’ para viver o jogo.

Eu pretendo continuar, levando alegria para as pessoas. Eu não sabia que podia levar essa alegria para as pessoas, uma descoberta nova para mim. Gratificante. Eu sou um palhaço e não sabia. Só tenho a agradecer [...] E no mais, vou levar alegria pelo mundo. É o que eu pretendo. (Informação verbal)¹⁰²

Dentre os jogos que realizamos com a máscara do palhaço, sugeri algumas improvisações que nem sempre resultaram ser as mais adequadas, como foi o caso da “casa encantada”. Um grupo de palhaços entrava em cena e cada um abria uma porta imaginária que trazia uma ‘sensação’ como cócegas, sono, peso, riso, etc. os outros palhaços se contagiavam da mesma sensação, desenvolviam um pouco a improvisação e abriam outra porta com outra sensação. A complexidade e o nível de abstração que a improvisação precisava, estavam fora do tempo do que o grupo precisava.

¹⁰¹ Depoimento participante “Saúde brincante” 2016.

¹⁰² Depoimento participante “Saúde brincante”, 2016.

Optei por sugerir improvisações mais simples e que permitissem uma amplitude maior de propostas por parte dos palhaços. Uma delas consistia em andar pelo espaço e começar a brincar de ser o animal favorito, adquirindo sua corporalidade, som e atitude. Depois os animais parecidos se agrupavam e cantavam uma música no idioma dos animais. Percebi que quanto mais simples fosse a brincadeira, maior possibilidade de jogo em liberdade e prazer os participantes tinham.

As improvisações conseguiram atingir o objetivo do prazer de brincar e criar, que se percebia tanto em quem executava como em quem observava como plateia. E foi esse prazer junto com o *acreditar no que se faz*, que constituiu a magia daquele encontro.

O gosto do sal na boca

Assim, revisamos as regras que normatizam os corpos que *mergulham*, conseguimos nos sobrepôr às *turbulências marítimas* para realizar nosso *mergulho*, que resultou tão gostoso que nos permitiu *respirar embaixo d'água*, para aprimorar as capacidades e nos 'empoderarmos' ao caminhar no processo de *virar sereias* em posse das nossas potencialidades criativas. *Viramos sereias* dentro do processo para *acordar o próprio palhaço*. Desta forma, concretizou-se um 'ato terapêutico' para além da terapia, no limiar da criação.

Foi um processo pleno de descobertas que decidimos compartilhar com uma plateia externa, mediante uma mostra artística da oficina. Estimei de grande importância culminar com um resultado que materializasse o processo vivenciado, compartilhando-o com um público e se convertendo em um produto artístico que eles pudessem apresentar em outros espaços. A mostra realizou-se no espaço Xisto Bahia, poucos dias após a finalização da oficina.

Este encerramento do processo foi bem significativo para todos, estávamos muito emocionados. Era relevante o fato de se apresentar num palco de teatro frente a uma plateia, que, mesmo que não fosse muito numerosa, cumpriu o papel de interlocutor-observador-testemunha-espectador. A premissa transmitida para o grupo consistia em compartilhar com algumas pessoas o processo que tínhamos vivenciado durante os encontros. Procurei comunicar claramente essa informação, para garantir a tranquilidade dos participantes frente ao ato de se expor ante uma plateia de desconhecidos.

A estrutura baseou-se na apresentação de um “Circo japonês”, aproveitando os códigos criados com o jogo do “karatê”. Começamos com uma coreografia em dois grupos. Depois a apresentação de cada um dos participantes que mostravam o movimento de “karatê” do lugar que tinham escolhido. Criamos quadros em duplas que fariam parte das atrações do circo como: a levitação, a mágica, um poema musicado, o domador de leões, o roubo da maçã, o rei de terras distantes com o seu tradutor e a ginástica.

Em seguida, fizemos a entrega dos certificados de participação na oficina e o nome de palhaço dado a cada participante. Foi o momento do batizado, e o espaço para que cada um mostrasse a sua “proeza”. No final, uma máquina humana foi composta por todos, em que cada um tinha uma função e um som característico dentro da máquina. “Isso aqui tá bom demais”, de Dominginhos, deu lugar para começar a dançar e convidar pessoas da plateia para dançar juntos no palco.

Acredito que o conseguir se expor e ser visto e escutado é uma experiência que nos posiciona como indivíduos com relatos e histórias a serem contadas, numa função dignificante e significativa das próprias capacidades e potências, empoderando a expressão da nossa particularidade. Além de mostrar suas propostas artísticas, os participantes receberam o reconhecimento e admiração dos outros usuários e profissionais da saúde que os acompanharam. Dentro da avaliação da oficina, Renata colocou:

A oficina teve um impacto incrível! Eu me lembro de que depois da oficina eles ainda se encontraram, eles tentaram viabilizar as apresentações, eles se apresentaram em alguns CAPS, eu acho que houve um trabalho pessoal no sentido em que as pessoas ali conseguiram relacionar aquela experiência com suas vidas, buscando talvez um pouco mais de autonomia [...] eles se apropriaram de tal maneira que mesmo após a oficina existe o desejo deles de se encontrarem, de darem vazão a isso que eles tinham vivenciado [...] muitos continuaram nessa pesquisa do palhaço fazendo em festas, se relacionando no CAPS com seus palhaços. (BERENSTEIN, 2017. Informação verbal)

Estimo importante levantar a questão de ter conseguido mobilizar - através do *encantamento* que o ato criativo implica – a vontade de agir e se posicionar ativamente diante dos *outros*, depois de dimensionar algumas das potencialidades expressivas que residem em cada um de nós. O palhaço nos permite criar a partir do que *somos* e com o que *temos*, realizando uma função de ‘democratização’, se se quer, do ato criativo e da capacidade de invenção: todos podemos criar e *nos recriar*.

Neste ponto gostaria de estabelecer a ponte com a exposição de Suely Rolnik ao identificar o momento histórico em que o ato de criação estética deixou de pertencer

integralmente à esfera coletiva, para pertencer a um campo específico e restrito, com o momento em que surgem no Ocidente as práticas clínicas dedicadas à subjetividade: a psiquiatria no séc. XVIII e a psicanálise na transição do séc. XIX ao XX. A autora comenta:

Isto nos leva a sugerir – na verdade de forma apressada - que tais práticas clínicas surgiram para o tratamento dos efeitos colaterais deste modo de subjetivação datado historicamente (século XVIII), que se caracteriza pela redução da subjetividade a sua dimensão psicológica e a proscrição de sua dimensão estética. O que fica excluído, nesta política do desejo, é nada mais e nada menos do que a participação da subjetividade no processo de criação e transformação da existência¹⁰³ (ROLNIK, 2001, p.9).

Percebo que este grupo de usuários de saúde mental, ao recobrar o direito da criação e intervenção na “transformação da existência”, encaminhou-se no processo de reestabelecimento do *estado de saúde* que permite tomar nas próprias mãos a potência criativa que consegue lidar com os acasos da vida, para continuar andando sobre os próprios pés. Acredito que existiram esses *momentos* para cada um, embora reconheça que o movimento seja contínuo, que a impermanência nos permeie, e que lidar com condições psíquicas seja complexo, reconheci também os ‘brilhos’ nos olhos que me *falaram* de vidas pulsantes e de saúdes vibrantes, mesmo na efemeridade do instante.

Helvécio Ratton ilustra, no documentário de 1979 “Em nome da razão”¹⁰⁴, as condições em que se encontravam os *presos* da “Colônia de Barbacena”, imagens cheias de cruzeza, dor, tristeza, marginalização, injustiça, inumanidade, barbárie... O documentário tem sido uma das provas que impulsionam o Movimento Antimanicomial brasileiro. Dentro da narração do documentário, se encontra uma citação do contrato social após a Revolução Francesa, no qual o Estado confere à psiquiatria o monopólio da ‘loucura’, o controle da ‘irracionalidade’: “em nome da razão, confinamos os esquizofrênicos, mendigos, homossexuais, drogadictos e outros dissidentes sociais” (RATTON, 1979. Informação verbal)¹⁰⁵.

Esta ideia convida a refletir novamente sobre o fato dos discursos do poder interferirem na configuração dos corpos e das possibilidades de vida dos sujeitos, reduzindo e controlando a singularidade por eles expressada. Voltando à análise de Hélia Borges (2014), se faz importante realizar a prática de ‘pensar o pensamento’ sugerida por Foucault, para

¹⁰³ Tradução nossa: “Esto nos lleva a sugerir – es verdad que un poco apresuradamente- que tales prácticas clínicas surgieron para tratar los efectos colaterales de este modo de subjetivación datado históricamente (siglo XVIII), que se caracteriza por la reducción de la subjetividad a su dimensión psicológica y la proscripción de su dimensión estética. Lo que queda excluido, en esta política del deseo, es nada más y nada menos que la participación de la subjetividad en el proceso de creación y transformación de la existencia.

¹⁰⁴ Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=RjYBpfvdaE>. Acessado em: 13 feb. 2017.

¹⁰⁵ Ibidem. (20 min 06 s)

‘desajustar’ de alguma forma a rigidez que estratifica e hierarquiza, neste caso, umas vidas consideradas ‘valiosas’ sobre outras de ‘segunda classe’ que não conseguem se encaixar dentro dos padrões que correspondem ao sucesso, à produtividade, à competência e à homogeneização social. Frente a isso, os poderes articulam a marginalização, a separação e o preconceito.

Sob esta lente, é possível considerar as patologias como resultado das dinâmicas de dominação e controle. Nas palavras do escritor e médico Gabor Maté¹⁰⁶ “Uma doença não é um fenômeno isolado em um indivíduo. É uma construção cultural, um paradigma fabricado” (Informação verbal)¹⁰⁷, e o *Marco Cavalo* pode chegar com a roupa suja produzida por uma diversidade com a que não conseguimos lidar dentro dos estreitos paradigmas racionalmente impostos.

Podemos dizer que as ‘batalhas’ das pessoas com sofrimento psíquico são ‘lutadas’ no corpo. É sobre o corpo que a ciência médica intervém diagnosticando-o, confinando-o, medicando-o. Mesmo que a ‘luta antimanicomial’ esteja avançando no Brasil, ainda muitas concepções sobre o tratamento das doenças mentais preferem a sedação química para neutralizar a sintomatologia e geralmente essa sedação vai dessensibilizando o corpo e a emoção no intuito de controlá-los e, em muitos casos, este tratamento só leva a converter a doença em crônica. A sedação química vai ‘travando’ a *língua do vivo* que continua *tateando* as formas de se expressar, procurando o *movimento* que impulse a capacidade afirmativa da ‘força vital’ transbordante, que lhe permita entrar no fluxo das ‘*línguas*’ que integram o *corpo como território de acontecimentos*.

Observo que em muitas ocasiões uma patologia pode apresentar estados de performatividade como síntese de uma inúmera quantidade de atravessamentos sensíveis, de um corpo em uma abertura tal para o mundo que precisa achar a forma de lidar com o jorrar de estímulos. Às vezes, terminam caotizando o universo psíquico de quem experimenta semelhante permeabilidade à vida e seus vectores e forças, gerando um estado exacerbado de vulnerabilidade que pode ser ‘patologizado’ normativamente, medicado ou censurado.

Me pergunto, será que o que estamos precisando confinar é nossa própria loucura social? A mesma que não temos coragem de encarar e aceitar que temos construído um modelo econômico, político e social com altas doses de patologia que nos desconecta da nossa

¹⁰⁶ Nascido em Hungria, especializado no estudo e tratamento das adições, transtorno de déficit de atenção e experiências na infância como determinantes na aparição das adições. O autor propõe novos tratamentos de adições baseados na compreensão das raízes socioeconômicas e biológicas do vício.

¹⁰⁷ MATÉ, Gabor. The myth of “normal”. 2016. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=8_j5mmBa4mw Acesso em: 20nov.2016.

essência humana que faz parte de uma Natureza, de uma comunidade na qual poderíamos viver sob os valores da solidariedade e do respeito à diversidade? São as pessoas com sofrimento psíquico os bodes expiatórios de nossa sociedade doente? Qual seria nossa responsabilidade frente a isso?

Considero de especial importância continuar construindo pontes de acesso aos universos psíquicos das pessoas usuárias de saúde mental, com o intuito de permitir a comunicação, reforçar a conexão humana e o sentimento de serem dignas de amor e pertencimento (BROWN, 2014). Maté coloca também a necessidade de procurar a conexão com *A Inteligência* explicada como: “Existe uma inteligência, e não estou falando de uma criatura acima ou em algum lugar fazendo ou decidindo coisas, mas existe uma inteligência na natureza e na criação que se a gente ignora, cria sofrimento” (Informação verbal)¹⁰⁸. E o caminho de conexão com esta inteligência a partir da compaixão e do amor é o que Maté chama de espiritualidade, que reforça a visão dos indígenas Emberá Chamí da Colômbia, sobre a *arte de curar* como resultado dessa conexão do indivíduo com a Natureza e sua coletividade, a qualidade da interdependência.

Neste ponto gostaria de introduzir novamente a hipótese que guiou este trabalho, demonstrando que apesar de não realizar uma oficina de palhaçaria com um intuito terapêutico *per se*, o efeito terapêutico aconteceu em vários sentidos. Ao conseguirmos contatar com nosso ridículo, nossa vulnerabilidade e expressar a própria e particular humanidade para os outros com prazer e aceitação, conseguimos também sustentar e dar mobilidade ao nosso sofrimento, criar novos espaços para nossa existência (BORGES, 2014), lidando com a vida a partir de nós mesmos – e de nossos palhaços. Renata colocou:

Eu acho que a oficina foi muito bacana porque conseguiu também confluir mesmo com essas diferenças todas, conseguiu possibilitar que eles brincassem, que eles experimentassem o palhaço de uma maneira muito leve, eu acho que a oficina foi sensacional [...] O que acho mais legal disso tudo era que o objetivo da oficina não era ser uma oficina terapêutica, e óbvio que a terapêutica aconteceu. Eu acho que tem figuras incríveis, como o J., que é morador de rua e que de repente ele conseguiu estabelecer ali um vínculo com a gente, de estar ali e em dias que ele mal tinha roupa, que ele mal tinha como tomar banho, e isso é muito bonito, isso é muito forte. (BERENSTEIN, 2017. Informação verbal)

O lugar que o palhaço oferece é o do reconhecimento e do incentivo da particularidade, pois onde ela é rejeitada, o palhaço a acolhe com amorosidade e com um olhar de compaixão que pode devolver a dignidade dessa humanidade fragilizada pelas

¹⁰⁸ Ibidem. (23 min 8 s)

práticas normativas de segregação, exclusão social e marginalização. Sua singularidade não é somente bem-vinda como procurada e exaltada. Sua singularidade é o seu próprio brilho, e cada um dos participantes teve seu momento de brilhar ante os olhos dos seus colegas e do público. O caminho das *centelhas* foi possível através da arte do palhaço como instrumento de *elaboração poética da existência*.

Figura 9 - Grupo CAPS. “Máquina humana”. Apresentação final, Salvador, 2016.



Fonte: Projeto Gerar de economia solidária.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O que entendo por medula do mundo? A essência dos seres humanos que estão à minha volta, trabalhando comigo. Esse universo imenso que é a interioridade de cada um e como essa interioridade se expressa no mundo e sob interferências do mundo [...] Tocar a medula do mundo é encontrar a expressão sincera de cada indivíduo e de cada grupo de indivíduos na nossa sociedade.

Meran Vargens

Convido Meran Vargens para entrelaçar, junto com ela, os últimos nós do percurso traçado durante esta pesquisa. Aprecio o simbolismo do fato de convocar um trecho do livro “A voz articulada pelo coração” (2013) como o melhor ‘ritual de encerramento’ deste processo de aprendizados tão diversos e vitais. Esta voz tem ecoado e continua ressoando dentro de mim e do meu trabalho como professora.

Ainda consigo *recordar* os registros sensíveis do meu corpo quando tive contato com este trecho do livro durante os primeiros dias de aulas, no começo do mestrado. Minha sensação foi de uma profunda afetação que gerou um ‘tremor’ e uma ‘vibração’ interna, que me comoveu até as lágrimas. A partir desse momento identifiquei um forte vínculo de cumplicidade intelectual e vital com minha professora e orientadora desta pesquisa, Meran Vargens. Percebi uma grande *consonância* entre sua pedagogia e o pensamento que sustenta essa pedagogia, e o que eu acredito dentro de minhas escolhas pedagógicas.

No fato da vontade de *tocar a medula do mundo* sinto, também, meu “[...] espírito mais pretensioso e ambicioso” (VARGENS, 2013, p.129), que compartilho com Meran Vargens, e considero o processo para *acordar o próprio palhaço* como *prática* encaminhada a concretizar tão pretensiosa ambição.

O trabalho realizado com o grupo de mulheres da Colômbia e com o grupo de usuários de saúde mental de Salvador reafirmou como o *corpo em estado de palhaço* oferece ferramentas para a *elaboração poética da experiência*, dentro do marco da técnica artística do palhaço, que tem a capacidade de revigorar a vitalidade dos ‘brincantes’ envolvidos no jogo e, por essa via, concede a possibilidade de sustentar com potência de ação, os acasos e atravessamentos aos quais estão expostos, influenciando sobre o *estado de saúde*. O *corpo em estado de palhaço* é um dos caminhos que possibilitam a concreção do *corpo como território de acontecimentos*.

No entanto, reconheço as limitações de um processo vivenciado durante um curto período de tempo, que torna ‘indeterminado’ o efeito sobre o *estado de saúde*, mas aprecio o

fato de ‘registrar’ nas *memórias* do corpo os níveis de afetação, e perceber que é possível acessar uma e outra vez as nossas *memórias*. As experiências conseguem se integrar dentro dos campos sensitivos *dos corpos*, questão que gera autonomia do sujeito que o vivencia, para percorrer novamente o caminho. O caminho de *experimentação de si mesmo*.

Percebo o *tocar a medula do mundo* como o ‘eixo’ dos desdobramentos ‘terapêuticos’ que envolve a capacidade de *expressão sincera* da *interioridade* de cada um, *no mundo e sob interferências do mundo*. *Tocar a medula do mundo é doar voz à língua do vivo* que procura os canais comunicativos para se expressar. Constatei então, a potencialidade terapêutica da arte, contida nos procedimentos e princípios da própria arte, que produz seus efeitos sem precisar do ‘selo’ terapêutico ou das práticas aliadas às terapias.

Corrobrei que as qualidades de jogo propostas dentro da técnica do palhaço, contém a capacidade de gerar certo ‘estranhamento’ com a potencialidade de modificar algumas ‘perspectivas’ frente aos fenômenos, ‘rachando a lente’ do estabelecido e sugerindo alternativas criativas de recomposição das próprias realidades.

O fato de se permitir ser surpreendido por si mesmo durante o desenvolvimento de um jogo, ou de se maravilhar diante das capacidades dos *outros*, ou de se admirar com o *encantamento* que a Natureza produz, ou de desfrutar do ‘rir de si mesmo’ e se *doar* para o riso dos outros, exercitando o ‘despojamento de si’, não se levando tão a sério, e dissolvendo a ‘ilusão de autoconsistência’, são instâncias de transgressão – e libertação - que o contato com a técnica do palhaço possibilita. O estado de *criança de espírito* permite ‘resgatar’ qualidades da infância a serviço da nossa ‘psique adulta’.

Ressalto o valor que encontrei na composição de uma pedagogia para *acordar o próprio palhaço* em consonância com práticas espirituais que possam desenhar um *caminho* de trabalho sobre si, conseguindo assim, ampliar a potencialidade espiritual que a arte da palhaçaria contempla. Esta arte contribui com uma virtude diferenciada de apreciação das características pessoais, possibilitando o *caminho* até a aceitação profunda do que *somos*, o encontro amoroso com algumas características da nossa *sombra*, o reconhecimento de nossa vulnerabilidade, a conexão consigo mesmo e com os outros em estado de sincera abertura. E ainda, ratificar como isso tudo pode ser feito na base da brincadeira, da criação, do relaxamento, e em estado de leveza.

Recordando as imagens dos momentos vivenciados e do brilho nos olhos que dava conta da *presença* em estado de prazer e, em alguns casos, de dor e comoção, dos participantes da ‘brincadeira coletiva’, sinto que o *encontro* aconteceu, e que conseguimos tocar em fibras muito sensíveis, na *medula* de nós mesmos e de nossas particularidades.

Observei como o *acordar o próprio palhaço* pode servir como arcabouço que possibilite processos de subjetivação, conseguindo veicular afirmações da própria existência. Estas afirmações constituem-se em atos de *resistência estética* à dominação, além de uma declaração contundente do direito de ser vulneráveis, de ser dignos de pertencimento e amor.

E pude entrever a potencialidade que este processo poderia representar em espaços nos quais as dinâmicas do poder exercessem uma forte determinação, como por exemplo, nos contextos do pós-conflito colombiano em que uma grande quantidade de pessoas estão sendo ‘desmobilizadas’ da guerra, para entrar na vida civil. Qual seria a resposta frente à vulnerabilidade, ao fato de ‘rir de si mesmo’, de um grupo de pessoas imersas nas dinâmicas de guerra? Embarcariam na *viagem* de uma ‘revolução do contato humano’ que hasteasse o ‘rir de si mesmo’ em estado de vulnerável abertura?

Durante a pesquisa surgiu o desafio de dar consistência à ‘filosofia’ que subjaz ao meu trabalho como professora no processo para *acordar o próprio palhaço*, esta provocação seguirá sendo parte do aprendizado em constante movimento, e que vai iluminando o caminho a cada passo dado. Com a imagem do ‘Ermitão’ do Tarô, que leva a própria lâmpada que ajuda a guiar seus passos, continuarei atrás do ‘rastros’ deixado pela *medula do mundo*, que me convida a continuar caminhando.

Um dos aprendizados mais significativos foi a necessidade de me ‘esvaziar’ das expectativas e rigidezes que pretendem ‘formatar’ uma resposta esperada dos grupos, para me dispor aberta e sinceramente ao *encontro real* na abertura *vibrátil* aos outros, permitindo assim que a ‘magia’ tivesse um *vazio* para acontecer e se expressar.

Pela força da ‘magia’ do *encontro*, o efeito terapêutico também aconteceu, veiculado pela criação de vínculos emocionais, em um ambiente que permitia, privilegiava e incentivava o surgimento das particularidades que comumente são rejeitadas - se convertendo em fonte de sentimentos de vergonha que ameaçam o direito de pertencimento - e que a arte da palhaçaria abraça com amor e irmandade.

Constatarei como a nossa habilidade para ser vulneráveis – *vulner-habilidade* - abriga-nos como espécie humana, para além das situações sociais, econômicas e políticas com as quais tenhamos nos defrontado. Observei também, como é importante e necessário compartilhar as experiências sensíveis que a arte oferece, possibilitando a *inclusão* de grupos humanos que não teriam contato com elas no decorrer comum de suas vidas. Considero uma responsabilidade dos artistas expandir a ‘função social da arte’ aos espaços onde a arte possa contribuir no processo de empoderamento de grupos humanos em condições de desigualdade social.

Da mesma forma descobri a importância de incorporar vivências sensibilizantes a partir da arte, com os profissionais encarregados de ‘cuidar’ de outras pessoas, com o intuito – além das repercussões no *estado de saúde* dos ‘cuidadores’ - de *qualificar* o acompanhamento realizado, e nutrir as práticas do cuidado a partir das conexões que nos permitem ficar em estado de vulnerabilidade frente aos *outros*.

Ao permitir ao nosso corpo experimentar-se em movimento a partir das sugestões do palhaço, a mobilidade vai se expandindo dentro de nós e inundando outros espaços que imprimem essa mesma mobilidade ao pensamento (BORGES, 2014). A expressão do *corpo em estado de palhaço* possibilita uma forma específica de ‘desajuste’ da racionalidade que, além de questionar algumas estruturas da ‘normalidade’ do *status quo*, poderia estar em consonância com formas mais leves e sadias de nos relacionar com nós mesmos e, por essa via, de operar em nós as mudanças que almejaríamos para a coletividade que compomos como espécie humana.

Declaro que me apaixona o universo da palhaçaria, enquanto caminho que abraça o estranho, o desajeitado, o obscuro e o luminoso, o diverso. Que consegue rir de si mesmo e descansar da cobrança de ‘ter que ser’ alguma coisa diferente do que se é. Um ato de rebeldia e de resistência que *nossa essência* agradece profundamente por lhe retribuir a liberdade de manifestar as formas que queira tomar. Poderíamos *tocar*, assim como *abraçar, acolher, admirar e AMAR a medula do mundo que somos*.

Por fim, em estado de comunhão, sobre a base do *encontro* humano em confiança e amorosidade, durante o processo para *acordar o próprio palhaço*, compartilhamos nosso direito de invenção do mundo e de si. Fomos cocriadores da existência, reclamamos nosso caráter divino de seres criadores, sendo capazes de nos deslumbrar com a beleza que existe e assumindo-nos pequenos perante a imensidão da natureza, do cosmos, da mãe da qual somos parte, e à qual pertencemos em AMOR.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARBEX, Daniela. **Holocausto brasileiro**. São Paulo: Geração editorial, 2013.

BORDA, Orlando Fals. **La violencia en Colombia**. Bogotá: Ed. Taurus, 2005.

BORGES, Hélia. **Sobre o movimento**. O Corpo e a Clínica. Tese de doutorado em Saúde Coletiva. UERJ. Instituto de Medicina Social: Rio de Janeiro. 2009.

_____ **Café Filosófico: Corpo e intensidade**: a saúde como capacidade de experimentar a vida em sua constante mutabilidade e desvio. 2014. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=NHP_J9vNYAU Acesso em: 15 jun. 2015.

_____ **A língua do vivo**. 2016. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=M2y_SXIRhO8 Acesso em: 10 out. 2016.

BROWN, Brené. **O poder da vulnerabilidade**. 2010. Disponível em: https://www.ted.com/speakers/brene_brown Acesso em: 10 jan 2015.

_____ **A coragem de ser imperfeito**. Ebook. São Paulo: Sextante, 2013.

BURNIER, Luiz Otávio. **A arte do ator**. Da técnica à representação. Campinas: Editora da Unicamp, 2001.

CARDONA, Jaiberth. **Sistema médico tradicional de comunidades indígenas Emberá-Chamí del Departamento de Caldas, Colombia**. Disponível em: <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/view/23329> Acesso em: 05 ene. 2017.

CASTRO, Alice Viveros de. **O elogio da bobagem**: palhaços no Brasil e no mundo. Rio de Janeiro: Editora Família Bastos, 2005.

CASTRO, Felicia de. **Palhaças, bem-vindas sois vós**. Disponível em: <https://www.ekspansia.com/single-post/2017/02/13/Palha%C3%A7as-Bem-Vindas-Sois-V%C3%B3s-uma-conversa-com-Fel%C3%ADcia-de-Castro> Acesso em: 20 feb. 2017.

CHEKHOV, Michael. **Para o Ator**. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

DREAM, Caroline. **El payaso que hay en ti**. Sé payaso, sé tú mismo. Barcelona: Bengar Grafiques, 2012.

FLOREZ, Laili. **Pedagogia da bobagem**. Uma oficina de palhaço para adultos com deficiência intelectual. Dissertação de mestrado. UFBA. Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas: Salvador. 2012.

FO, Dario. RAME, Franca. **Manual mínimo do ator**. São Paulo: Senac, 1998.

FÓRUM MINEIRO DE SAÚDE MENTAL. **35 Anos de Basaglia no Brasil: Biografia Franco Basaglia**. 2015.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=4umrvyya21g> Acesso em: 15 jan. 2017.

_____ **Memórias do III Congresso Mineiro de Psiquiatria.** 1979.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=PG1DJXjk99M> Acesso em: 03 feb. 2017.

FOUCAULT, Michel. **El coraje de la verdad.** El gobierno de si y de los otros II. Fondo de cultura económica: Buenos Aires, 2010.

_____ **Estética, ética y hermenéutica.** Ed. Paidós: Buenos Aires, 1999.

GREINER, Christine. Os novos estudos do corpo para repensar metodologias de pesquisa. Em: **Do corpo.** Caxias do Sul: Revista, v. 1, n. 1, 2011.

HARRIS, Santiago. **Palhaçaria e psicologia bioenergética no contexto das artes cênicas.** Dissertação de mestrado. UFBA. Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas: Salvador. 2012.

_____ Palhaçaria e psicologia bioenergética no contexto das artes cênicas. Em: **Cadernos do GIPE-CIT.** Ano 14 No. 27. UFBA/PPGAC, 2011.

JARA, Jesús. **El clown.** Un navegante de las emociones. Sevilla: Proexdra, 2000.

JARDIM, Juliana. **O ator transparente.** Reflexões sobre o treinamento contemporâneo do ator com as máscaras do palhaço e do bufão. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/salapreta/article/viewFile/57069/60057> Acesso em: 03 nov. 2015.

JUNG, Carl Gustav. **Memórias, sonhos e reflexões.** Rio de Janeiro: Ed. Nova Fronteira, 2006.

_____ **Os arquétipos e o inconsciente coletivo.** Perrópolis: Editora Vozes, 2000.

KROSIGK, Bárbara Schwerin. Arte como veículo - Jerzy Grotowski – Em Busca da Dimensão Espiritual Perdida. Em: **Cadernos do GIPE-CIT.** s/d. UFBA/PPGAC.

LARROSA, Jorge. **Pedagogia profana.** Danças, piruetas e mascaradas. São Paulo: Autêntica editora, 2013.

_____ Notas sobre a experiência e o saber de experiência. Em: **Revista Brasileira de Educação.** Campinas, n. 19, p. 20-28, jan. 2002.

LAZZARI, Fabiana. SANTOS, Lau. No me toque las narizes: Socorro! Não às pedagogias opressoras com nariz vermelho! Em: **Revista Anjos do picadeiro** no.8. Rio de Janeiro: Ed. Duas Águas, 2009.

LECOQ, Jacques. **El cuerpo poético:** una pedagogía de creación teatral. Barcelona: Alba editorial, 2004.

MATÉ, Gabor. **The myth of “normal”.** 2016. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=8_j5mmBa4mw Acesso em: 20 nov. 2016.

MENDES, Cleise. **A gargalhada de Ulisses: a catarse na comédia.** São Paulo: Ed. Perspectiva, 2008.

MORAIS, Lígia. **Como fechamos nossos hospícios monstruosos.** 2016. Disponível em: <https://vozesdavoiz.wordpress.com/2016/04/17/como-fechamos-nossos-hospicios-monstruosos/> Acesso em: 07 jan. 2017.

MOSÉ, Viviane. **O sofrimento move a vida.** 2016. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=0Zo0Ff7kS-I> Acesso em: 10 dic. 2016.

OLSEN, Mark. **As máscaras mutáveis do Buda Dourado:** ensaios sobre a dimensão espiritual da interpretação teatral. São Paulo: Ed. Perspectiva, 2004.

PADOIN, Isabel. **A vulnerabilidade social como uma dificuldade de participação política.** Disponível em: https://www.unicruz.edu.br/15_seminario/seminario_2010/CCSA/A%20VULNERABILIDADE%20SOCIAL%20COMO%20UMA%20DIFICULDADE%20A%20PARTICIPA%C3%87%C3%83O%20POL%C3%8DTICA.pdf Acesso em: 10 feb. 2017.

PUC CETTI, Ricardo. O riso em três tempos. Em: Ferracini, Renato. (org.) **Corpos em fuga, corpos em arte.** São Paulo: Fabesp, 2006.

_____ Caiu na rede é riso. Em: Ferracini, Renato. (org.) **Corpos em fuga, corpos em arte.** São Paulo: Fabesp, 2006.

QUILICI, Cassiano. **O ator-performer e as poéticas da transformação de si.** São Paulo: Annablume, 2015.

RATTON, Helvécio. **Em nome da razão.** 1979. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=RjJYBpfvdaE&t=1206s> Acesso em: 10 jan. 2017.

ROLNIK, Suely. **El arte cura?** Barcelona. 2001. Disponível em: http://www.medicinayarte.com/img/rolnik_arte_cura.pdf Acesso em: 03 set. 2015.

_____ **Geopolítica da cafetinagem.** São Paulo. 2006. Disponível em: <http://www.pucsp.br/nucleodesubjetividade/Textos/SUELY/Geopolitica.pdf> Acesso em: 20 ago. 2015.

SLOWIAK, James. CUESTA, Jairo. **Jerzy Grotowski.** São Paulo: Realizações editora, 2013.

SUQUET, Annie. O corpo dançante: um laboratório de percepção. Em: **História do corpo.** Rio de Janeiro: Vozes, 2011.

TAKAHASHI, Jô. Dimensões do corpo contemporâneo: vetores relacionais entre o corpo e a paisagem. Em: **Leituras do Corpo.** São Paulo: Annablume, 2003.

VARGENS, Meran. **A voz articulada pelo coração:** ou a expressão vocal para o alcance da verdade cênica. São Paulo: Perspectiva; Salvador: PPGAC/UFBA, 2013.

APÊNDICE A

Plano de aulas.

Este documento apresenta uma breve descrição dos encontros realizados com o grupo de Estudantes da Escola de Teatro da UFBA (entre os meses de julho e outubro de 2016) como parte da disciplina optativa “Contadores de histórias”, ministrada em conjunto com meu colega de mestrado, Fernando Antônio, e acompanhada - em assessoramento e participação em algumas das aulas - por nossa professora orientadora, Meran Vargens.

A concepção da disciplina baseou-se na aproximação do universo do “Contador de histórias” sob duas perspectivas: Fernando Antônio aprofundou-se nas técnicas de contação de histórias, caminhando na procura do arquétipo do velho sábio contador de histórias e tendo como imagem o Griô, o receptor do universo da tradição oral africana. A outra perspectiva foi aportada por mim, tendo como base o processo para *acordar o próprio palhaço*, entrando em contato com o arquétipo da criança e suas capacidades criativas, e contribuindo na procura da personagem contadora de histórias. Para o módulo de ‘palhaço’ tivemos 11 encontros de 2 horas, um total de 22 horas. Os estudantes entregaram relatórios sobre algumas das aulas. No presente documento incluo trechos dos escritos apresentados por eles.

A estrutura geral dos encontros consistiu em um *ritual de abertura* que procurava a conexão inicial, convocando o espírito de trabalho; uma *etapa inicial* com exercícios de aquecimento corporal; *dinâmicas* de presença, prontidão e atenção; *jogos* e improvisações de palhaços; *relaxamento* com o som da Tigela Cantante Tibetana e *ritual de encerramento*. Pelo fato de não dispor de muito tempo por encontro (duas horas) decidi não incluir os “espaços de palavra” dentro da estrutura dos encontros, porém, foram introduzidos em alguns momentos muito específicos, em que considerei que estavam sendo precisos. A escolha encaminhou-se pelo ‘fazer’. Mesmo assim, existiu abertura para quem precisasse expressar alguma coisa, em qualquer momento.

Dia 1.

O objetivo do primeiro encontro foi estabelecer algumas premissas de trabalho como: viver o jogo, o prazer de estar presente e a alegria de ser o que somos sem julgar. As dinâmicas foram sugeridas com o intuito de gerar o espaço de confiança necessário para a experimentação, a criação e a exposição de si mesmo, além de incentivar o espírito de jogo.

- CONEXÃO INICIAL: As propostas dos rituais de abertura e encerramento seriam as mesmas para todos os encontros. Realizavam-se dispostos numa roda, de mãos dadas, com a mão esquerda olhando para o céu em atitude de receber e a mão direita olhando para a terra, em atitude de dar. Era importante nesse momento estabelecer contato visual com todos os participantes. Depois, friccionando as mãos construíamos uma bola de energia, primeiro brincávamos com ela um pouco e em seguida era criada uma grande bola, produto da soma de todas as bolas de energia. A bola era dirigida ao centro da terra, onde receberia a energia gerada por todos durante o encontro, daí partíamos para os jogos preparados para o dia. Um dos estudantes descreveu este ‘ritual’ em seu relatório, com uma escrita fantasiosa:

Todas as semanas os Peripéki [nome dado por ele aos participantes do jogo] se juntavam para brincar em um mundo mais encantado que o seu, isso por que eles já estavam cansados dos desencantos do seu próprio mundo. Mas para se teletransportar de um mundo para o outro eles

precisavam criar um grande portal. Nada muito difícil. Era só arregalar os olhos baaaastante fazer contato visual com outros Peripéki e friccionar a suas mãos a fim de gerar uma bola de energia megazorde power-point, depois que cada um criava sua própria bola de energia eles juntavam todas em um só lugar... Num par de segundos uma rajada muito MUITO MUITO FORTE de vento L E V a va Eles para outro mundo. (Diagramação parecida com a original)

- **AQUECIMENTO:** Durante os encontros nos aproximamos de procedimentos diferentes para atingir o objetivo de conexão com o corpo, nos preparando para os jogos. No primeiro dia realizamos alguns exercícios de respiração do Yoga, e ‘toques’ da automassagem ‘Do-in’. Fizemos também alongamentos das articulações por separado.

- **JOGO DO SAMURAI:** Esta dinâmica de prontidão e atenção nos acompanhou durante todos os encontros. Dispostos na roda, o jogo consiste em passar uma energia com a mão para os pés do colega, olhando nos olhos e falando “iá!”. A mesma energia que se recebe se passa, ou seja, procuramos ‘equalizar’ a energia para que não desça e todos nos responsabilizamos pela qualidade da energia que circula. Adicionam-se códigos que: fazem a energia mudar de direção, flexionando os braços com direção aos ombros e gritando “hondom!” simultaneamente; pular de um lado para o outro ondulando a coluna desde a base até a cabeça e estabelecendo contato visual com a pessoa para onde a energia vai dizendo “boing!”; o “mondongo!” que faz com que todo mundo troque de lugar, introduzindo como variação a proposta de quem sugeriu o mondongo, por exemplo, “mondongo de árvore!”, então, os participantes trocam de lugar sendo ‘árvores’.

Outro código marcou uma diferença dentro do processo vivenciado com este grupo: o “código pessoal”. Consiste em que qualquer um, quando a energia chegar para ele, faz um gesto que todos os participantes repetem. O que enriqueceu este jogo foi que quando alguém ‘errava’, o grupo interpretava o ‘erro’ como um “código pessoal”, repetindo-o. Assim, o que se considerava ‘errado’ virava ‘possibilidade criativa’.

- **JOGO DO CAVALO:** Andando pela sala, prestando atenção para preencher equilibradamente o espaço, caminhando energicamente e com olhar ‘periférico’. Quando o tambor seja tocado, um pula sobre outro colega que deverá carregá-lo até que o tambor seja de novo tocado.

- **JOGO “O QUE VOCÊ ESTÁ FAZENDO?”:** Caminhando pelo espaço. Com o sinal, cada participante se congela em uma ‘estátua’ de alguma ação estranha. O facilitador pergunta “O que você está fazendo?” e as respostas devem ser as mais inverossímeis possíveis.

- **JOGO DOS QUATRO CANTOS:** O grupo é dividido em 5 subgrupos. Ficando um grupo em cada canto da sala formando um quadrado, e um grupo no centro. Com o sinal do tambor, os grupos trocam de lugar, tentando não ficar no centro. O grupo que está no centro faz uma improvisação com a sugestão do facilitador, por exemplo: “podem, por favor, nos ensinar a técnica para o treinamento do ator que vocês têm desenvolvido a partir da observação dos micro movimentos dos golfinhos?”. Quanto mais absurdas as propostas, maior possibilidade de criação e brincadeira motivam.

- **ESCRITA ESPONTÂNEA:** Consistiu em escrever ininterruptamente durante 5 minutos, com o intuito de permitir ao inconsciente aflorar, sem ser julgado nem freado pela intervenção consciente do autor. Registram-se imagens, sensações, ‘insights’, pensamentos...

- **ENCERRAMENTO:** Novamente dispostos na roda, friccionamos as mãos para imantar a bola de energia que ficou no centro da terra. Elevamo-la para o céu com um grito “eeeehhhhh!”.

- **RELAXAMENTO:** Foi utilizado o som da Tigela Cantante Tibetana para este fim. O grupo deitava com a cabeça dirigida para o centro da roda, para conseguir escutar o som. Com os olhos fechados, inicialmente focados na respiração. Eu acionava a Tigela e passava por cada um dos participantes, para que conseguissem escutar mais intensamente o som.

Este primeiro encontro revelou uma grande capacidade do grupo para o jogo. Entregaram-se confiantes nas dinâmicas, demonstrando prazer de brincar, presença atenta e propostas interessantes nas improvisações. Percebi que existe certa ‘resistência’ ao ‘erro’ e ao ‘fracasso’, que podem ser trabalhados pela via da geração do ‘ambiente de confiança’ e das brincadeiras próprias da técnica do palhaço para tais fins.

Dia 2.

O objetivo deste dia foi continuar na criação do ‘ambiente de confiança’ e brincadeira. Investimos no estímulo do trabalho coletivo a partir da escuta dos outros e a colocação própria, como impulso para o “melhor” desenvolvimento do coletivo.

- CONEXÃO INICIAL.

- AQUECIMENTO: Realizamos alguns exercícios de Aikido para acordar o centro energético, como deslocamentos pelo espaço com a consciência de que o movimento estivesse surgindo do ‘centro energético’ localizado dois dedos embaixo do umbigo. E exercícios em duplas, em que um tentava segurar o outro pelo quadril, para motivar a concentração sobre essa parte do corpo.

- JOGO DO SAMURAI. Ao jogo descrito, adicionamos mais um código em que a energia continua na mesma direção, só que pula a pessoa seguinte. O gesto do código é levantar o braço e enviar a energia com a mão para a pessoa que a energia vai, dizendo “jump!”.

- JOGO DO “VOU”: Dispostos na roda alguém olha para outro colega e pergunta para ele “vou?” a pessoa responde “sim”, durante o tempo em que a pessoa que fez a pergunta está caminhando até o lugar de quem respondeu, quem respondeu deve estar perguntando para alguém “vou?”. É importante que o jogo tenha continuidade e dinâmica. Quem responde “sim” deve procurar logo seu próximo destino, antes do outro chegar. Este exercício reforça a atenção e exercita o ‘foco’ em todos os participantes.

- JOGO DO PEGADOR: Alguém diz “Eu sou (nome da pessoa) e eu sou pegadora” olhando nos olhos de todos, mostrando o prazer de ser o que é e de se expor. Constrói ‘seu jeito’ de ser ‘pegadora’, vai pegando os colegas que ficam congelados, outro colega deve lhes abraçar ‘de verdade’ para que possam se descongelar. Este jogo reforça a vontade de brincar, de aproveitar os impulsos, de desfrutar as emoções do outro, de sentir prazer ao estar ‘no foco’.

- JOGO DA CONFIANÇA: Caminhando pelo espaço, com as indicações de preenchê-lo equilibradamente, ativando o ‘olhar periférico’ e caminhando com energia, alguém diz “Estou morrendo!” tentando que seja o mais ‘teatral’ possível, e começa a desmaiar. O grupo vai proteger essa pessoa na queda, para não se machucar. Este jogo estimula a confiança e o ambiente de brincadeira do grupo.

- JOGO DOS MAGOS, GIGANTES E ANÕES: O grupo é dividido em dois. Apresentam-se os códigos como gestos de cada um dos personagens: magos, gigantes e anões. O ‘mago’ pega o ‘gigante’, o ‘gigante’ pega o ‘anão’ e o ‘anão’ pega o ‘mago’. Cada grupo combina *em segredo* qual será sua personagem, caminham até o centro da sala e ficam em paredão um grupo na frente do outro. Depois de estabelecer o clima de ‘suspense’, se dá o sinal para apresentar os gestos. Por exemplo, se o grupo A decide ser ‘mago’ e o grupo B decide ser ‘gigante’, no momento de mostrar o código para os ‘oponentes’, os integrantes do grupo A, correriam para ‘pegar’ os integrantes do grupo B. Os integrantes que forem pegos passam a pertencer ao grupo vencedor. Caso sejam a mesma personagem, os grupos se abraçam. Este jogo estimula o trabalho em equipe e o prazer que o espírito de jogo proporciona.

- CONSTRUÇÃO DE FOTOGRAFIAS: Dispostos na roda, uma pessoa faz uma ‘pose’. Entra outra pessoa e complementa a fotografia, modificando o sentido e compondo uma ‘situação’ a partir da pose inicial. A primeira pessoa sai e entra outra para modificar o sentido da imagem proposta pela segunda pessoa. Este jogo estimula a criação de propostas a partir das imagens.
- HISTÓRIA COLETIVA: O grupo em roda, começa a criar uma história conjunta dizendo só uma palavra. Depois de duas ou três voltas, procura o final da história. Este jogo requer de ampla capacidade de escuta, além de ‘ceder’ sua ‘vontade’ para o benefício do coletivo.
- JOGO DA MASSA IMAGINÁRIA: Na roda, alguém pega uma massa imaginária e constrói um objeto. Deve utilizá-lo e passa-lo para que o outro participante utilize-o também. Depois, constrói outro objeto e realiza o mesmo procedimento. Jogo para brincar com a invenção e a capacidade imaginativa.
- ESCRITA ESPONTÂNEA.
- ENCERRAMENTO.
- RELAXAMENTO.

O grupo continuou evidenciando sua capacidade de entrega para o jogo e a criação inventiva de propostas. O ambiente de confiança aumentou. Considero que pode se trabalhar ainda mais na escuta e no trabalho coletivo, no fato de ‘se doar’ para o andamento da criação de todos.

Dia 3

O objetivo do trabalho deste dia foi de se sensibilizar para entrar em contato com as emoções, localizando-as no corpo e permitindo-as de se expressarem através dele. A partir dessa qualidade de trabalho, procuramos estabelecer um ‘contato sensível’ com o outro.

- CONEXÃO INICIAL.
- LEITURA EM GRUPO: Dispostos na roda, distribuimos o poema “Casa de hóspedes” de Rumi, que foi lido várias vezes, por diferentes pessoas. Este poema ‘anuncia’ a direção do trabalho preparado para o dia:

A casa de Hóspedes.

O ser humano é como uma casa de hóspedes.
Cada manhã há uma nova chegada,
uma alegria, uma tristeza, uma decepção,
uma felicidade momentânea vem
como um visitante inesperado.
Dá-lhes as boas-vindas e receba-os a todos.
Inclusive se for uma multidão de tristezas
que violentamente varrem tua casa
e esvaziam teus móveis.

Ainda assim

Trata todos os hóspedes com honradez
Talvez estejam limpando a casa
Para um novo leite.

O pensamento obscuro, a vergonha, a malícia...
Receba-os na porta, sorrindo,
E convida-os a entrar.
Seja grato com quem quer que venha

Porque cada um deles foi enviado
Como um guia do mais além.

- AQUECIMENTO: 'Express'. É um exercício que prepara o corpo rapidamente para o trabalho. Dispostos na roda, sacudimos com energia cada braço e cada perna um determinado número de vezes, todos contamos falando 'alto' os números. Por exemplo, 8 vezes o braço esquerdo, 8 vezes o direito, 8 vezes a perna esquerda, 8 vezes a direita. Depois se reduz o número de vezes, sem reduzir a energia do 'sacudir', 6, 4, 2, 1...

- JOGO DO SAMURAI.

- JOGO DO CARACOL: Em duplas. Um frente ao outro. Um é o 'caracol', o outro é o 'dedo' que toca o caracol. Cada toque que o caracol recebe, reverbera no corpo inteiro, resultando numa dança sutil e sensível como a pele e a reação do caracol.

- DANÇA DAS EMOÇÕES: Procuramos um espaço e com os olhos fechados, fazemos uma 'revisão' do que está acontecendo no nosso corpo nesse instante, guardamos no 'arquivo'. Desde esse registro, vamos convocar uma emoção, a 'alegria' é a primeira 'hóspede' que chega à nossa 'casa'. Observamos em qual lugar do corpo começa. Aos poucos, muito devagar, essa emoção vai se espalhando pelo corpo inteiro, a nossa 'casa de hóspedes', desde o dedinho do pé até a ponta do cabelo. Vamos experimentar como é a nossa dança da alegria, permitimos ao nosso corpo 'ser dançado' por aquela emoção. Depois de desenvolver um pouco a dança, começamos a guardá-la. Com a mão esquerda no coração e a direita dois dedos embaixo do umbigo, respiramos profundamente em 4 tempos e soltamos em 4. Depois inspiramos em 4 e soltamos em 5. Outros 'hóspedes' chegam à nossa 'casa': a tristeza, a raiva, a paixão, o medo e a plenitude. Após passar por todos os hóspedes e ter os deixado irem embora, ainda com os olhos fechados, integramos um 'bolinho' e juntos 'equalizamos' nossa respiração. No mesmo fluxo de movimento, ficamos com uma dupla para realizar o...

- EXERCÍCIO DO OLHAR: Frente a frente, abrimos os olhos e olhamos no olho do outro, 'mergulhamos' nesse olhar e permitimos que o outro 'mergulhe' no nosso olhar. A proposta é estabelecer uma conexão baseado na cumplicidade e na quebra de barreiras.

Uma das estudantes registrou nos relatórios estes momentos, comunicando um certo grau de afetação:

Que tipo de bicho é o homem que consegue sentir todos os sentimentos cabíveis em uma palavra, e aqueles não cabíveis em tão pouco tempo, com tamanha intensidade? E deixa que esses mesmos sentimentos saiam tão rápido quanto entraram? Que tipo de bicho é esse que traz na cabeça, e no coração, o sentir de cada memória? E por fim, que bicho é esse que se vê no reflexo do olho do outro e questiona o outro e a si?

- ESCRITA ESPONTÂNEA.

- ENCERRAMENTO.

- RELAXAMENTO.

A realização deste exercício precisou do ambiente de confiança criado nos encontros anteriores. A "dança das emoções" foi uma dinâmica especialmente sensibilizante e mobilizadora. Ao finalizar o encontro, percebi que um grau de afetação profunda tinha sido atingido. O grupo terminou em silêncio. A escolha do trabalho com a "dança das emoções" foi devido às particularidades do grupo, que permitiu chegar aos lugares que a 'dança' propunha. Porém, é importante ressaltar que este exercício é emocionalmente muito forte, deve ser trabalhado em condições e com grupos específicos, precisa de cuidado especial para 'proteger' a emocionalidade dos participantes.

Dia 4.

O objetivo deste dia foi experimentar e procurar o movimento ridículo do corpo, sentindo o prazer e a libertação que o ridículo proporciona. Introduzimos o “Iupii!”, a ‘chave mágica’ do estado de jogo do palhaço.

- RODA DE CONVERSA. Foi necessário começar com um “espaço de palavra” para exteriorizar o que tinha acontecido durante o encontro anterior com o exercício da “dança das emoções”. O grupo se mostrou bastante sensibilizado com essa dinâmica e a ‘roda de conversa’ foi enriquecida com os relatos de cada um, que se espelhavam nos relatos dos outros.

- CONEXÃO INICIAL.

- JOGO DO SAMURAI.

- AQUECIMENTO: Jogo da criação de comandos. Alguns participantes propunham um movimento e um som, aos quais se assignava um número. Depois de ter estabelecido e decorado os movimentos e sons que correspondem aos números, eu falava os números e os participantes realizavam a ação e o som correspondente. O jogo vai ficando mais complexo ao falar vários números que implicavam uma *x* sequência de movimentos. Este jogo estimula a atenção, a prontidão e a escuta.

- JOGO DO GATO E RATO TROCADO: Várias duplas espalham-se pelo espaço e constroem ‘tocas’ para o ‘rato’, de mãos dadas. Escolhe-se quem será o ‘gato’ e quem o ‘rato’. O ‘gato’ deve mostrar seu jeito de ser ‘gato’ e o ‘rato’, seu jeito de ser ‘rato’. O ‘gato’ persegue o ‘rato’, quem em algum momento pega na mão de *um* de uma das duplas, o *outro* da dupla sai como ‘gato’ a caçar o ‘gato’ que virou ‘rato’. Este jogo estimula a resposta baseada nos impulsos, a atenção e o dinamismo, além do prazer de brincar e aproveitar quando se está no ‘foco’.

- DANÇA DO RIDÍCULO: Em duplas. *Um* começa dançando para o *outro*, presenteando-o com a dança mais ridícula que possa. O *outro* olha atentamente, tentando ser o mais ‘neutro’ possível. Não aceita nem rejeita, com o intuito de não ‘intervir’ na dança de *um*, que poderia procurar as maneiras de ser ‘aceito’ com sua dança. Quem dançou fecha os olhos e registra a sensação com a qual ficou. Trocam os papéis. Este jogo permite experimentar movimentos e atitudes corporais que ‘raramente’ se procuram e que podem levar a lugares de grande prazer, autoconhecimento e descontração.

Alguns relatórios se referiram a este exercício como: “[...] o que importava de fato era se desprender das amarras sociais e morais para que fosse possível deixar-se ridicularizar-se para o outro e não ter receio disso, buscar a pureza da ação, a inocência, a ingenuidade do palhaço”.

Outros colocaram:

Toda vez que buscamos nos ridicularizar na frente do colega, é a quebra de uma barreira muito importante, de que o ridículo é possível e pode ser prazeroso, de você deixar seu corpo exprimir qualquer movimento que venha sem se importar com como isso possa parecer, por que essa é a proposta.

- EXERCÍCIO DO “IUPIII!”: Um por um entra na cena correndo, pula acima de uma garrafa gritando “Iupiiii!!!”, com essa mesma emoção congela e grita onde ficou, com a mesma energia do primeiro grito. Depois vira olhando para o público e grita de novo, mantendo a emoção. Esse estímulo será utilizado posteriormente para entrar em contato com o “estado de palhaço” o grito representa o prazer de estar presente, de brincar, de ser quem se é, de se expor.

- ENCERRAMENTO.

A sensibilidade atingida com a ‘dança das emoções’ possibilitou a abertura para novos lugares da criação, questão que se evidenciou no desenvolvimento da ‘dança ridícula’. O grupo apresentou um

alto nível de engajamento no jogo e se faz perceptível o prazer de brincar, a confiança para a criação, a superação gradativa do 'receio' de errar.

Dia 5.

O objetivo do trabalho deste dia foi 'revisitar' a "dança das emoções" e a "dança ridícula" para criar improvisações a partir do 'material' que as danças oferecem.

- CONEXÃO INICIAL.
- AUTOMASSAGEM.
- AQUECIMENTO: Palo bonito. Na roda aprendemos a cantiga "Palo, palo, palo, palo bonito palo é. É, é, é, palo bonito palo é". Uma vez aprendida a música pulamos em conjunto, seguindo os comandos: "Palo" pula à esquerda, "Bonito" pula à direita, "É, é, é" pula frente, atrás, frente. Este jogo trabalha a prontidão física, a escuta, a concentração e o prazer de brincar.
- JOGO DO SAMURAI.
- JOGO DE CUMPRIMENTOS: Andando pelo espaço, realizamos cumprimentos diferentes quando encontramos uma pessoa seguindo os comandos: Acima! Ambos pulam e batem palmas no alto com alegria. Abaixo! Cumprimentam com o pé e descontentamento. Costas! Costa com costa e gesto de prazer. Depois se encontram e decidem, entre eles, qual será o seu cumprimento. Jogo que estimula a conexão e comunicação com o outro e o estado de jogo.
- DANÇA DAS EMOÇÕES: Caminhamos pelo espaço e aos poucos vamos introduzindo a "dança das emoções", mas, desta vez, com os olhos abertos. Permitindo a troca com o outro, permitimos nos contaminarmos mutuamente e continuar na pesquisa pessoal. Este jogo continua trabalhando na linguagem sensível do corpo como forma expressiva.
- DANÇA DO RIDÍCULO: A partir da "dança das emoções", convocamos a "dança ridícula". Primeiro a sentimos e depois compartilhamos com uma dupla, livremente, o tempo que quiser, cada um se deixa contaminar pela dança do outro. Mas sem abandonar a própria dança. 'Congela' e percebe quanta dança tem por dentro, que continua crescendo e precisa se expandir.
- JOGO DE ENCONTRAR O OUTRO: Achamos uma dupla, para procurar a comunicação a partir das danças. Passando por várias emoções sem se fixar. Com 'memória de criança' que 'não se apega' às emoções e pode mudar rapidamente sem precisar um motivo. É um diálogo.
- IMPRO DO DIÁLOGO DAS DANÇAS. Em duplas se desenvolve um diálogo a partir da comunicação das danças, sem necessidade de ser coerente ou linear. O objetivo é a escuta e a dança.
- ESCRITA ESPONTÂNEA.
- ENCERRAMENTO.
- RELAXAMENTO.

A realização da "dança das emoções" com os olhos abertos, marcou uma diferença ao achar possibilidades comunicativas e de 'elaboração da emoção' a partir do encontro com o outro. A dança do ridículo integra-se facilmente na corporalidade dos estudantes com muito prazer de experimentação. A criação em duplas a partir das danças mostrou uma potencialidade que ainda precisa ser trabalhada, investindo mais na qualidade de 'escuta' ao outro.

Dia 6

O objetivo do trabalho deste dia foi reforçar a 'escuta' do outro e o 'esvaziamento' de si, para permitir o 'encontro' acontecer.

- CONEXÃO INICIAL.
 - AQUECIMENTO: Exercícios de Aikido.
 - JOGO DO SAMURAI.
 - ANDADA COM COMANDOS: Caminhamos pelo espaço, respondendo a alguns comandos: "Acima" pular com grito de alegria. "Abaixo" bater com a mão no chão com gesto de desgosto. "Dancinha ridícula" do próprio jeito. "Karatê" movimento antiquíssimo de karatê do qual "só você tem o segredo". Este exercício desperta o estado de jogo e a atenção.
 - JOGO DO ESPELHO: Em duplas. Um é o 'espelho' e outro o 'espelhado' que dirige o movimento. Em qualquer momento mudam os papéis. O jogo evolui, e do 'espelho' passa ao "Sim! e...". Premissa que introduz a aceitação da proposta do outro e acrescenta alguma coisa. Este jogo trabalha a abertura para o diálogo criativo.
 - IMPRO: Em grupos de 4 pessoas, realizam uma improvisação em que a premissa é que "interagem dois objetos, um animal e um humano".
 - IMPRO "Hoje é terça feira": Em duplas. *Uma* pessoa está como 'folha em branco' no centro do palco, em estado neutro. *Outra* pessoa entra e diz para ela uma frase como "hoje é terça feira", com a intenção e o gesto que quiser. Quem 'recebe' a frase aceita a informação e guia a improvisação de uma situação desencadeada pela informação recebida.
- Sobre as propostas que surgiam nas improvisações, um dos estudantes relatou:

Propostas boas e ruins e outras péssimas, muito péssimas, mas que não tinham problema de serem péssimas ali pois naquele outro mundo não existia o Erro e sem o Erro as Propostas péssimas podiam saltar livremente sem medo de caírem no abismo do Erro.

- ESCRITA ESPONTÂNEA.
- ENCERRAMENTO.
- RELAXAMENTO.

Os exercícios corporais de escuta entre os parceiros marcaram o caminho para a escuta em cena que adquiriu maior desenvolvimento. Interessante perceber a 'afinação' do grupo para perceber o momento de guiar e o momento de ser guiado no jogo do espelho. As improvisações foram muito propositivas e revelaram um grande desfrute por parte dos participantes.

Dia 7.

Este dia marcou outro momento especial: o "nascimento do palhaço" e os primeiros jogos e experimentações com a máscara do 'nariz vermelho'.

- CONEXÃO INICIAL.
- AQUECIMENTO 1: Procurar os estados de pedra e ar no corpo. Inicialmente sentimos que o corpo ia se secando e enrijecendo, visualizando os órgãos internos ficando cada vez mais secos, como se

fossem pedras. No limite do ‘estado de pedra’ uma grande lufada nos convertia em ar, permitíamos ao corpo virar ar.

- AQUECIMENTO 2: Jogo do “palo bonito”.

- JOGO DO SAMURAI.

- JOGO DO RIDÍCULO COMPARTILHADO: Dispostos na roda, um participante começa com um gesto e um som procurando o ridículo. Mostra esse gesto e esse som dentro da roda, e estaciona na frente de alguém que copia o mesmo gesto e som, juntos dão uma volta e o primeiro fica no seu lugar. O segundo vai transformando esse gesto para outro e repete a mesma dinâmica de ficar na frente de alguém. Esta brincadeira imprime no grupo a qualidade de ‘se jogar’, sem juízos de valor sobre o que se faz e gerando um ambiente de prazer tanto de olhar o ‘ridículo’ do outro, quanto de experimentá-lo no próprio corpo.

- JOGO DO EXAGERO: O grupo se divide em dois, ficam em disposição de ‘paredão’ um na frente do outro aos extremos da sala. Um grupo demonstra uma forma de caminhar até o meio da sala, enquanto que o outro grupo tem a tarefa de reproduzir o movimento, exagerando-o em 5000%.

- ANDADA BUTÔ: Começamos guardando a energia deixada pelo jogo do exagero, que fica viva e pulsante dentro do corpo. Realizamos uma andada que consiste em se locomover pelo espaço muito lentamente, com a imagem de não cortar nenhuma partícula de ar, só empurrando o ar, empurrando o espaço levemente no deslocamento. É um exercício de contenção da energia, o corpo está ‘cheio’ de movimento, só que fica dentro do corpo.

- NASCIMENTO DO PALHAÇO: Procuramos um lugar para deitar, cada um no seu canto. A indicação inicial foi sentir a respiração, relaxar, soltar e sentir o corpo em contato com o chão. Propõe-se um momento de usar a imaginação como a interiorização de um sorriso, que vai se contagiando e passando por todas as partes do corpo, sai do corpo e começa a se espalhar pelo chão, pela sala, pelo prédio... Até invadir as galáxias e o espaço infinito que está dentro e fora de nós. Um nariz tem sido depositado no nosso coração. Essa é a chave para um estado de nosso Ser amplificado em alegria de viver, vontade de brincar, otimismo, consciência plena de que ‘o que é, é o suficiente’, sincero, espontâneo. Está completamente seguro de que merece todo o amor e a aceitação do mundo, permite que a vida o surpreenda a cada passo.

- JOGO DO NARIZ: Lentamente, vamos nos colocar o nariz e no tempo de cada um, vamos abrir os olhos – sem olhar para ninguém, na ‘bolha’ que é *seu* mundo - você está descobrindo agora de novo o mundo com um novo olhar, um ‘olhar renovado de criança’. Cada um está explorando as sensações no seu corpo, mas só você e o espaço, existem. Algumas músicas muito suaves estimulam a “dança da pessoa com nariz vermelho”. Depois começamos a descobrir aos outros, o nosso encontro deve ser sincero. Não vamos exagerar em nada, fico com quem quero e o tempo que eu quero. Faço o que eu quiser. O mais importante nesse momento, é entrar em contato com a vontade mais íntima desse novo ser de nariz vermelho.

- JOGO DE OLHAR: Dispostos na roda, cada um olha um por um aos seus colegas, respirando, permitindo-se olhar e ser olhado. Só passa de um colega para o outro, quando sentir que a conexão realmente aconteceu.

- ENCERRAMENTO.

- RELAXAMENTO: Desta vez não conseguimos realizar o relaxamento, pois a dinâmica anterior levou mais tempo do que esperado.

Este encontro foi um momento importante dentro do processo de trabalho. Foi para mim visível o ‘fruto’ do trabalho que temos feito até o momento, demonstrado no engajamento, na fluidez dos movimentos, na seriedade com que se joga o jogo, e na aceitação das próprias propostas, em estado de fluidez e prazer de brincar. O momento de ‘solidão’ exercitou a escuta daquele Ser recém-nascido. O fato de ‘olhar como se fosse a primeira vez que se vê’, preencheu o jogo de uma qualidade muito

mais detalhada e sensível. As brincadeiras que realizaram os palhaços estavam permeadas pela ingenuidade e o prazer. Trabalhamos o olhar como essencial veículo de comunicação. O ambiente depois do encontro deste dia, foi de grande amorosidade.

Dia 8

O trabalho deste dia 'revisitou' o "nascimento do palhaço", pois alguns participantes não conseguiram assistir à aula passada. As improvisações deste dia seriam guiadas a partir das sugestões de músicas variadas.

- CONEXÃO INICIAL.
- TRENZINHO DA MASSAGEM: Dispostos na roda, cada um começa a fazer uma massagem nas costas do seu colega do lado, completando um 'trenzinho' em que, no mesmo momento que recebe, dá a massagem.
- JOGO DO SAMURAI.
- JOGO DE PASSAR A BOLA: Inicialmente na roda, passamos uma bola falando o nome da pessoa para quem a bola vai. Depois, andando pelo espaço, falamos o nome da pessoa e passamos a bola. Depois, sem a bola, só passamos o movimento. Recebemos, o transformamos e o passamos. O espaço para se locomover vai sendo reduzido aos poucos. Vai descendo o nível de energia. Agora só passamos o olhar e o grupo fica em bolinho. Este jogo ajuda a 'equalizar' a energia do grupo e aguçar a 'escuta' dos gestos e dos olhares.
- JOGO DE PEGA-PEGA COM NOME: Pega-pega. Quando o 'pegador' estiver próximo de mim, eu falo o nome de outra pessoa para me salvar. A pessoa que eu nomeei começa a ser a pegadora. Este jogo ajuda a treinar o 'foco', a atenção e a prontidão para reagir.
- NASCIMENTO DO PALHAÇO: Realizamos novamente a visualização da 'Interiorização do sorriso' e depois recebemos máscara do 'nariz vermelho' de palhaço. A dinâmica é a mesma, de se descobrir primeiro para interatuar (caso tenha vontade) com os outros.
- JOGO DE BRINCAR COM A MÚSICA: Brincamos aproveitando os estímulos de vários tipos de músicas: de suspense, cómicos, aventura, clássica...
- ESCRITA ESPONTÂNEA.
- ENCERRAMENTO.
- RELAXAMENTO.

A atmosfera foi diferente à do encontro anterior. Neste dia o jogo foi mais marcado, ágil, barulhento. No outro dia foi mais silencioso e introspectivo. As motivações das músicas ajudaram ao desenvolvimento de brincadeiras que mudavam de sentido quando a música mudava. A maioria dos brincantes se mostraram dispostos para o jogo com os outros, alguns deles preferiram ficar na própria 'bolha' sem ter muito contato com os outros. Foi observada a necessidade de investir no trabalho com o 'olhar', que se mostra instável, tímido e fugidio.

Dia 9

Os objetivos do trabalho deste dia foram reforçar a consciência e a 'comunicabilidade' a partir do olhar, como necessidade observada no encontro anterior. E 'casar' a linguagem da

que tínhamos nos aproximado com a “dança ridícula” e a “dança das emoções”, para oferecer ao palhaço essa forma de comunicação. Pesquisamos as improvisações com os ‘recém-nascidos palhaços’.

- CONEXÃO INICIAL.
- AUTOMASSAGEM.
- JOGO DO SAMURAI.
- JOGO DO PEGADOR EM CORRENTE: Pega-pega. Alguém começa pegando os colegas. Cada pessoa que for pega fica também como pegadora, de mãos dadas e vão se somando pessoas, construindo uma corrente como ‘rede de pesca’ até pegar todo mundo. Esta brincadeira ‘aquece’ o estado emocional de jogo.
- JOGO DE AQUECER O OLHAR. Dispostos em paredão, começamos friccionando as mãos até gerar calor, fazemos uma concha colocamo-la acima dos olhos, abrimos e fechamos os olhos. Repetimos o processo olhando para acima, para abaixo e em ‘xis’. Abrimos grandes os olhos. Olhamos forte para esquerda, para direita, para acima, para abaixo e para as diagonais. Exercitamos o olhar em vários níveis e profundidades. Propõe-se uma viagem pelo mundo através do olhar e suas dimensões. Começando com o olhar na sala, sai do prédio, atravessa a rua, atravessa o bairro... Até o espaço infinito e volta fazendo o mesmo percurso.
- JOGO DE ENSINAR AS DANÇAS AO PALHAÇO: Convocamos a energia do nosso palhaço com o “Iupiiii!”, colocamos a máscara e ensinamos para o palhaço a “dança do ridículo” e a “dança das emoções”, compartilhando-as com os outros palhaços. Permitimos o desenvolvimento dos jogos, estando atentos à nossa vontade de fazer o que, até onde e com quem.
- IMPRO DE NÃO FAZER NADA: Em duplas de palhaços, fazemos uma ‘saída’ para “não fazer nada com meu irmão”. Preparamo-nos com o “Iupiii!” e saímos juntos para o encontro com a plateia. Tudo o que aconteça com o meu ‘irmão’, acontece comigo. Triangulamos o olhar entre o que ‘aconteça comigo’, ‘o que aconteça com meu irmão’ e a plateia.
- ENCERRAMENTO.
- ESCRITA ESPONTÂNEA.
- RELAXAMENTO.

Os exercícios ‘do olhar’ procuraram exercitar o olhar enquanto musculatura e enquanto intenção, importante continuar insistindo sobre a consciência do olhar para o palhaço. O jogo das danças revelaram os possíveis caminhos para a construção da linguagem corporal dos palhaços. Nas improvisações com a dupla se reforçou na necessidade da aceitação e da ‘escuta’ de si mesmo, do colega e da plateia, rastreando os melhores caminhos para entrar no ‘fluxo’ da improvisação. Introduzimos elementos técnicos da arte do palhaço como as ‘saídas’ que são entradas curtas de palhaços para se colocar em alguma situação, a ‘relação com o olhar’ como principal veículo de comunicação do palhaço, a ‘triangulação’ na qual o palhaço divide com seu parceiro e com a plateia o que lhe acontece.

Dia 10

O objetivo deste dia foi expor algumas qualidades sobre as quais o trabalho tinha sido desenvolvido – presença, atenção, contato consigo mesmo, contato com o ridículo, estado de criança, escuta, dança pessoal, vulnerabilidade e relaxamento - Achava que teríamos mais tempo para improvisações, mas a roda de conversa foi muito rica e participativa. Em termos

gerais, foi uma avaliação da experiência até o momento, que deixou a sensação de ter sido de grande valia para os estudantes.

- CONEXÃO INICIAL.
- RODA DE CONVERSA.
- SAMURAI.
- ENCERRAMENTO.
- RELAXAMENTO.

Alguns relatórios se referiram à ‘afetação’ que o processo para *acordar o próprio palhaço* estava causando neles. Uma das estudantes se referiu aos encontros como um ‘laboratório’ de si mesma, em que estava ‘afinando’ a escuta de si, e permitindo seu trabalho reverberar a partir dessa escuta. Relaciono aqui, alguns trechos dos relatórios:

Contei como está sendo incrível esta matéria, não apenas para minha busca no teatro, mas também de como ela está interferindo diretamente em minha vida, em minhas reflexões e no meu cuidado comigo mesma. É aquela velha analogia da luz no fim do túnel, assim como é importante para mim perceber a humanidade de cada um, acolhê-la, respeitá-la e principalmente tocar e deixar-se ser tocado por ela.

Outro se referiu à qualidade com que o processo estava levando às descobertas:

No geral as aulas têm possibilitado um crescimento fantástico para mim, em experimentações e descobertas pessoais, de forma fácil, gostosa e surpreendente. Poucas vezes na minha trajetória artística me senti tão entregue num processo, sem dor, apenas descobrindo o quão incrível pode ser estar vulnerável, aberto, exposto e quantas possibilidades enxergo a partir disso.

Foi relacionado o processo para *acordar o próprio palhaço*, com o caminho do processo pessoal:

O palhaço para mim foi colocar pra fora esse monte de emoções e sentimentos que estavam reprimidos. Pra mim foi um aprendizado muito especial, porque foi um despertar e ao mesmo tempo foi um pouco chocante. Era como se eu descobrisse outro universo e o que mais me chocou é que esse universo estava dentro de mim [...] contribuiu muito no meu processo pessoal. Eu pude reviver experiências, eu pude reviver emoções, sentimentos. Eu pude mergulhar dentro de mim e me conhecer melhor [...] eu pude me compreender melhor e dar um salto de amadurecimento.

Esta colocação localizou as possibilidades abertas pela técnica do palhaço, com relação ao desempenho na formação do ator:

Sinto que estou mais flexível com o meu corpo, com a minha voz. Sinto que estou me jogando. Digo isso, pois nos semestres anteriores à disciplina, a minha relação com o meu corpo, com o que eu sentia, o meu escutar, era apenas uma ação comum e que eu não conseguia enxergar, perceber o que

estava acontecendo. Muita coisa passava despercebida durante os exercícios propostos. Entretanto, a partir do momento em que eu passei a guiar os meus movimentos, os meus sons, pela sensibilidade mais do que pela razão, a dinâmica tornou-se uma ação não mais comum e sim de novas descobertas.

Este relatório toca em ‘pontos’ do processo de autoconhecimento e aceitação:

Eu particularmente senti uma maior sensibilidade. Senti que estava pensando em coisas e tendo sentimentos não tão legais, ou que eu os reprimia. Ao mesmo tempo percebia que estas coisas também fazem parte de mim, também estão em mim e precisam ser vividas. Procurei me entender e aceitar essas coisas como parte de mim, embora não goste delas.

Dia 11

O objetivo deste dia foi ‘colocar’ os palhaços em situações diferentes, com o intuito de conhecer, cada vez mais, suas lógicas de ação e reação.

- CONEXÃO INICIAL.
- AQUECIMENTO: Jogo do “Palo bonito”.
- JOGO DO SAMURAI.
- ANDADAS COM PÚBLICO: Andadas pelo espaço com velocidade de 0 até 5, sendo 0 a câmera lentíssima e o 5 correndo em maratona. Retomamos alguns códigos antes construídos como: “Cavalo” um se monta acima do outro (Não pode descer até o sinal). “Estátua de...”, em que os ‘brincantes’ realizavam com seus corpos estátuas inverossímeis, “Acima” cumprimento pulando e batendo as palmas com o colega, grito de alegria. “Abaixo” cumprimento com o pé e gesto de desgosto. “Dança ridícula”. “Karatê”. A variação importante deste jogo é que no meio do exercício se aciona o tambor e se fala “público” perante esse comando, todos devem olhar para a pessoa que tem o tambor, comunicando ‘o que está acontecendo com eles’ nesse preciso instante.
- IMPRO CASA ENCANTADA. 5 palhaços entram bem juntos. Cada um abre uma ‘porta’ imaginária que conduz a uma sensação (Sono, riso, cócegas, hipo, peso, leveza, luz, escuridão, odores, choque, silêncio, tremor, desequilíbrio...). Quem abre a porta, primeiro percebe essa sensação claramente e passa para os colegas através do olhar. Entre todos desenvolvem um pouco de improvisação ‘sentindo todos a mesma sensação’. Quem abre a porta, também a fecha.
- IMPRO DO CONTO CLÁSSICO. Dois palhaços representam todos os personagens de um conto clássico, contando a história completa do conto em 2 minutos, depois ‘as mesmas’ ações em 30 segundos, depois em 15 segundos. Este jogo brinca com as reações espontâneas em cena, a vulnerabilidade dos palhaços e o sentido cômico do corpo.
- IMPRO DA VONTADE DE SENTAR: Uma dupla de palhaços tem uma vontade transbordante de sentar na única cadeira que há. Fazem todo o que for necessário pra isso, sabendo que o seu colega tem essa vontade também. Este jogo estimula a racionalidade do palhaço, tentando descobrir qual a lógica sob a qual o palhaço age. É importante a aceitação como mola propulsora do jogo.
- IMPRO DE SENTADO SINCRONIZADO: Dois palhaços saem cada um de um extremo diferente, com o objetivo de sentar totalmente sincronizados na cadeira. Uma vez sentados, falam a mesma frase.
- IMPRO DA MÁQUINA HUMANA: Entre todos os participantes, combinam qual o ‘produto’ que a máquina elabora. Um por um se somam à máquina, fazendo uma ação repetitiva e um som. Cada um

realiza um movimento e um som que tem 'sentido' dentro da máquina e para gerar o 'produto' da máquina.

- ENCERRAMENTO.

- RELAXAMENTO.

Este encontro esteve focado nas improvisações com o palhaço. Senti que ainda faltou muito tempo para aprofundar, mas acho também que o caminho está traçado e que é possível acessar o estado de palhaço e continuar descobrindo-o. Ainda alguns aspectos que podem ser trabalhados poderiam ser: ser conscientes dos 'gestos indicativos' para produzir uma reação e ação no público, muitas vezes é melhor um 'olhar e respirar', do que dar um 'tchau' com a mão, que busca receber um 'tchau' de volta. Outro aspecto é a triangulação do olhar entre o meu colega ou a situação e o público. Pode-se prescindir da palavra quando não seja necessário. Ser conscientes do magnetismo do chão. É melhor evitar chegar até o chão durante as improvisações ou chegar e sair rapidamente, pois restringe muito as possibilidades de ação. O trabalho com este grupo foi especialmente gratificante pela capacidade de jogo, a confiança e a generosidade com que se entregaram ao processo para acordar o próprio palhaço. Um último relatório expressa:

Rir, rir, se divertir, pular, vamos pular, vamos correr. Meu corpo, meu esqueleto, minha carne, meu sangue, minhas células, meus órgãos, minha cabeça, até meu nariz agradece, simplesmente, agradece por esses exercícios. Dói, sim, Dói, mas precisa doer, precisa ser mexido, precisa ser liberado. Reconhecer, reconhecer tudo que tá aqui guardado há tanto tempo. Deve ser mexido. Meu corpo agradece, meu corpo está feliz. Ele sabia que precisava ser mexido. Alegria, alegria, sorrisos, amigos, colegas, gente, gente, como a gente. Todos unidos em um bem comum, ser feliz, jogar pra fora ou deixar lá fora tudo que nos persegue, que nos apavora. Estamos todos juntos. As besteiras mundanas e humanas são deixadas lá fora.

ANEXO A

Convite mostra artística “Cuidarte”.

*Integrantes del proyecto Cuidarte para víctimas 2014



Cuidarte
Un acto de vida para víctimas de la violencia socio-política

Exposición de la experiencia Cuidarte para víctimas de la violencia (*)

Fecha: 25 de Octubre de 2014
Lugar: Parque de la Vida
Hora: Exposición permanente, abre a las 10am y termina a las 6pm

¡Gracias por acompañarnos!

(*) Cuidarte. Un acto de vida para las personas víctimas de la violencia socio-política es un proyecto financiado por el Banco Universitario de Programas y Proyectos de Extensión -BUPPE- en convocatoria 2013



Cuidarte

Un acto de vida para víctimas de la violencia socio-política

“Cuidarte nos enseña a sanarnos y a creer en la esperanza como horizonte de vida”

Cuidarte para víctimas de la violencia es un proyecto que implementó estrategias artísticas de clown, literatura, artes plásticas y espacios de palabra para propiciar una experiencia transformadora de las situaciones de dolor y sufrimiento de los participantes.

Después de asistir a los talleres de formación en las estrategias artísticas, los participantes quieren compartir con la sociedad esta vivencia y por ello invitan a la exposición: Cuidarte con sentido, allí presentarán su proceso, el cual tejido con sueños de colores cierra de forma simbólica esta fase de sentidos nuevos.



Cuidarte

Parque de la
Vida



UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA
1826

ANEXO B

Divulgação da oficina “Saúde brincante”



Estão abertas as inscrições para as oficinas do mês de Abril do Núcleo Gerar. Todas as atividades são voltadas para portadores de transtornos mentais e familiares. Compartilhem!



SAÚDE BRINCANTE

Oficina de introdução a arte do palhaço que busca através do espaço do jogo e da brincadeira o caminho para conseguir se contatar com o próprio sentir, pensar e atuar.

Ministrante: **Andréa Murillo Gómez**

Quando: de 08 de abril a 20 de maio / terças (das 10 às 12:30) e sextas (das 9 às 12)

Turma única / 20 participantes



CUSTOMIZAÇÃO, BORDADOS E APLICAÇÕES

Oficina de introdução às técnicas de costura e customização de roupas e acessórios, através do bordado e aplicações.

Ministrante: **Lene Lima**

Quando: de 11 de abril a 04 de maio / segundas e quartas (das 14 às 16:30)

Turma única / 10 participantes

INSCRIÇÕES: As inscrições devem ser feitas através do e-mail nucleogerar@gmail.com

LOCAL: As oficinas acontecem no espaço AIKIDÔ BAHIA - Rua Largo da Palma n 01, Mouraria (em frente a igreja Nossa Senhora da Palma)

REALIZAÇÃO



APOIO



SECRETARIA DO
TRABALHO, EMPREGO,
RENDIA E ESPORTE

BAHIA
GOVERNO DO ESTADO

ANEXO C

Convite mostra artística da oficina “Saúde brincante”.



Mostra artística da oficina

Saúde Brincante

17 de maio às 10h
Espaço Xisto Bahia, Barris

Entrada gratuita!



SECRETARIA DE
CULTURA

SECRETARIA DO
TRABALHO, EMPREGO,
RENDIA E ESPORTE

BAHIA
GOVERNO DO ESTADO